



HALTER

TÜRKİYE HALTER FEDERASYONU RESMİ YAYIN ORGANI SAYI:3



Dünya halterine
Türk damgası



Sporumuz yeşersin diye!

2004 yılından bugüne Spor Toto;

Devletimize **2.733.919.805,00 TL,**

Futbol Kulüplerimize **917.282.042,00 TL,**

Sosyal Kuruluşlarımıza **869.550.267,00 TL,**

ve Halkımıza **7.014.282.995,00 TL.**

Ayrıca ülkemiz **470 adet yeni spor tesisi** kazandı.

Emeği geçen herkese teşekkür ederiz.



Sayı 3- Temmuz 2011

Sahibi

Türkiye Halter Federasyonu
Adına Başkan Dr. Hasan Akkuş

Genel Yayın Yönetmeni

Berkant Gören

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Veysel Adıyaman

Yönetim Kurulu

Dr. Hasan Akkuş
Zeki Türkes (As Başkan)
Gökhan Yazgı (As Başkan)
Ümit Durak (As Başkan)
Berkant Gören (As Başkan)
Mustafa İca
Hüseyin Ar
Veysel Adıyaman
Hakan Karakaya
Erol Çıtak
Hülagü Yüceer
Abdullah Sevinç
Suzi İrfanoğlu
Mehmet Soylu
Tolga Yılmaz

Yazışma Adresi

Gençlik ve Spor Genel
Müdürlüğü Halter
Federasyonu Ulus İşhanı
A blok Kat-7 ANKARA

Grafik Tasarım

Ümit Ofset

Baskı

Ümit Ofset
03123842627
Kazım Karabekir / ANKARA

İçindekiler

Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Yarışları Ağırlık Halter katarı doğru yolda ilerliyor



Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları, halter katarı doğru yolda ilerliyor. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

5-6

Antalya'da gövde gösterisi yapıldı



Antalya'da gövde gösterisi yapıldı. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

7-22

Halterde Avrupa'nın da zirvesindeyiz



Halterde Avrupa'nın da zirvesindeyiz. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

23-27

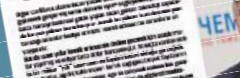
Saziye ve Aysegül Avrupa Şampiyonu



Saziye ve Aysegül Avrupa Şampiyonu. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

38-47

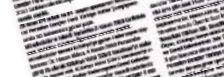
Ağırlık kaldırmak sağlıklı mı?



Ağırlık kaldırmak sağlıklı mı? Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

48

Güral Porselen gençlere sponsor



Güral Porselen gençlere sponsor. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

49

Yıldızlar rüzgarı Van'da esti



Yıldızlar rüzgarı Van'da esti. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

50

Sivas'ta yıldız erkekler mücadele etti



Sivas'ta yıldız erkekler mücadele etti. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi. Yarışlar, halter federasyonu tarafından düzenlenen Türkiye Halter Yarışları kapsamında gerçekleştirildi.

51

2010'un ardından



Halter Federasyonu Başkanı
Dr Hasan AKKUŞ

Başarılarla dolu bir yılı geride bırakmanın huzuru ile tüm halter dostlarını saygıyla selamlarım. Gerçekten 2010 yılı federasyonumuz için çok uzun bir yıl oldu. Önümüzde ulusal ve uluslar arası şampiyonalar ve bunların kamp programları, antrenör, hakem ve minik sporcularımız için seminerleri içeren yoğun bir programımız vardı. Tabii halter dünyasının sabırsızlıkla beklediği Antalya 2010 Dünya Halter Şampiyonası da yoğun mesai gerektiren bir organizasyondur. Bu organizasyon aynı zamanda 2012 Londra Olimpiyat Oyunları için ilk kota müsabakası niteliğindedir. Yani federasyon olarak hem organizasyon açısından hem de sportif açıdan başarılı olmak zorundaydık. 2010 yılı faaliyetlerimiz Şubat ayında Kayseri'de düzenlediğimiz Büyükler Kulüpler Türkiye Şampiyonası ile başladı. Aralık ayında Alanya'da düzenlediğimiz Büyükler Ferdi Türkiye Şampiyonası ile 2010 yılı faaliyetlerimizi bitirdik. 2010 Şubat ve Aralık ayları arasında Büyükler, Gençler, Yıldızlar ve Minikler kategorilerinde Türkiye Şampiyonaları düzenledik. Her şampiyonamız organizasyon, katılım ve yarışma kalitesi açısından uluslar arası müsabaka niteliğindedir. Bunun yanında milli takım sporcularımız Dünya ve Avrupa Şampiyonalarında Yıldızlar, Gençler, Büyükler ve 23 Yaş Altı kategorilerinde yarıştılar. Bütün bu müsabakalarda sporcularımız bireysel madalyaların yanında takım halinde de ilk üç takım arasında yer aldılar. Antalya'da organize ettiğimiz Büyükler Dünya Şampiyonasında ilgi ve katılım çok üst düzeydeydi. Açılışını Sayın Meclis Başkanı Mehmet Ali Şahin'in yaptığı şampiyona boyunca Genel Müdürümüz Yunus Akgül bizlerle birlikteydi. Şampiyonada sporcularımız dünya rekoru derecelerinin yanında altın, gümüş ve bronz madalyalar kazandılar. 2010 yılı sonunda milli takım sporcularımız toplam Dünya ve Avrupa Şampiyonalarında 24 Altın, 32 Gümüş ve 32 Bronz olmak üzere toplam 89 madalya kazandılar. 2010 yılının sonunda Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nün uluslar arası müsabakalarda kazanılan madalya sayılarına göre yaptığı sıralamada federasyonumuz 3545 puanla en başarılı federasyon olurken, Taekwondo 1719 2. sırada, Güreş 1582 3. sırada ve Atletizm Federasyonu 830 puanla 4. sırada yer almıştır. Bugün federasyonumuz ulusal ve uluslar arası arenada en itibarlı ve başarılı federasyonlar arasındadır. Elbette bu başarımızı kulüplerimiz, antrenörlerimiz, sporcularımız ve hakemlerimizle birlikte elde ettik, bu nedenle bütün camiamıza şükranlarımı sunarım. Saygıyla



Gençlik ve Spor Genel Müdürü Yunus Akgül:

Halter katarı doğru yolda ilerliyor



Gençlik ve Spor Genel Müdürü
Yunus Akgül

Halter katarı Türkiye’de
doğru bir yolda emin
adımlarla hedefe varı-
yor. Bizim hedefimiz;
Londra Olimpiyatları’na
en çok halterci ile ka-
tılıp en çok madalyayı
elde etmek.

Türk spor bürokrasisinin en tepesindeki kişi. Gece gündüz demeden, herhangi bir coğrafya ayrımı yapmadan çalışıyor. İnceliyor, karar veriyor, uygulamaya geçiliyor. Tesisler yapılıyor, kaynak yaratılıyor, organizasyonlar, turnuvalar Türkiye’ye kazandırılıyor. Hepsinin altında karar verici olarak imzası var. Türk sporu son zamanlarda hiç olmadığı kadar gelişkin durumda. Topyekün bir kalkınma hamlesinin baş döndürücü ivmesinin içindeyiz. Bu hızlı kalkınma ve kalkışmanın baş mimarı şüphesiz Gençlik ve Spor Genel Müdürü Yunus Akgül.

Bu kalkınma hamlesinin içinde ön sıralarda yarışan halterle ilgili görüşlerini almak istedik, bizi kırmadı. Yunus Akgül’ün halterle ilgili olarak dergimize verdiği kısa mülakat şöyle...

TÜRK HALTERİNİN GELECEĞİ İLE İLGİLİ DÜŞÜNCELERİNİZ NELER?

Bugün Türk sporunun lokomotif branşlarından birisi olan halter, uluslararası şampiyonalarda yüzümü-zü güldürmeye devam ediyor. Bayan halterindeki üstünlüğümüz, erkek sporcularımızın Rusya Kazan’da yapılan Avrupa Şampiyonası’nda aldıkları derecelerle dengelenmeye başlandı. Daha önce önemli şampiyonalarda önde olan bayanlar, son Avrupa Şampiyonası’nda erkeklerin atağıyla karşılaştı. Bu gelişme elbette sporun tepesinde bulunan birisi olarak beni son derece mutlu ediyor...

Erkeklerde de yeniden bir yapılanma içine girdik. Bu artarak devam edecek ve biz gerek bayanlarda gerek erkeklerde olimpiyatlara rekor sayıda bir sporcu ile katılacağız. Türk halterinin geleceği bu açıdan parlak görünüyor...

OLİMPİYAT, ULUSLARARASI TURNUVALAR VE HALTER... SİZE HANGİ DÜŞÜNCELERİ ÇAĞRIŞTIRIYOR?

Türkiye genç nüfusa sahip büyük bir ülke. Biz genel müdürlük olarak Türkiye’de sporun tabana yayılmasının yanı sıra, daha üst düzey sporcuların yetiştirilmesi için de çaba harcıyoruz. Türkiye olarak bizim en büyük hedefimiz olimpiyat gibi amatör sporun “oscarı” kabul edilen, bu en prestijli organizasyonda daha çok madalya kazanmak ve daha çok sporcu ile katılmak.

Geçmiş olimpiyatlara baktığımızda Türkiye’nin belirli branşlarda sporcu ile olimpiyatlara katıldığını görürüz.

Biz bunu daha çeşitlendirmek istiyoruz. Türkiye’nin olimpiyat oyunlarında daha önce temsil edilmediği yüzme, cimdastik, badminton, tenis, kürek, eskrim, hatta 7 kişilik rugby’de bile Londra Olimpiyatları’na gitmenin mücadelesini veriyoruz.

Olimpiyat gibi çok önemli bir spor organizasyonunda madalya kazanan sporcularımızın varlığı elbette bizleri son derece mutlu kılıyor ve gurur veriyor.

TÜRK SPORUNUN LOKOMOTİFİ HALTERİN ALTYAPIYA VERDİĞİ ÖNEM SİZCE YETERLİ Mİ?

Sadece halter değil tüm olimpik branşların altyapıya önem vermesi, bizleri son derece mutlu eder. Bir branşın başarılı olabilmesi için altyapıya verilen önemi yok sayamazsınız. Biz de altyapı yatırımlarını çok önemsiyoruz. Zira biz Türkiye’de altyapıyı ne kadar doğru tesis edebilirsek, üst yapıya o aranda daha başarılı sporcular çıkacaktır. Bundan dolayı halterde olduğu gibi diğer branşlarda da altyapıyı destekliyoruz. Bu konuda sürekli olarak, federasyon başkanlarımızı altyapıya destek vermeleri adına teşvik ediyoruz.

NAİM SÜLEYMANOĞLU VE HALİL MUTLU, TÜRK HALTERİNİN GELİŞMESİNDE ÖNEMLİ BİRER FİĞÜR. BU İSİMLERİN BIRAKMASINDAN SONRA TÜRK HALTERİNİN GELİŞMESİ SİZCE HANGİ AŞAMADA?

Türkiye’de halter önce Naim, ardından Halil ile sevilen bir spor oldu; yine onlar sayesinde popüleritesi arttı. Naim ve Halil gibi büyük şampiyonların açtığı bu yoldan daha sonra diğer Türk çocukları çok büyük başarılarla imza attı. Halterin Türkiye’de gelişmesi açısından Naim ve Halil’in katkıları asla unutulamaz. Onlar Türk sporunda büyük çığır açtılar ve büyük başarılarla imza attılar.

Bugünkü Türk halterine baktığımızda, genç şampiyonlar uluslararası şampiyonalarda mükemmel sonuçlara imza atıyorlar. Halter katarı Türkiye’de doğru bir yolda emin adımlarla hedefe varıyor. Bizim hedefimiz; yukarıda da bahsettiğim gibi Londra Olimpiyatları’na en çok halterci ile katılıp en çok madalyayı elde etmek.

GSGM’NİN HALTERE BAKIŞI NEDİR?

GSGM’nin sadece haltere bir bakışı yok, olamaz da. Bizim için 60 federasyon da makbuldür. Hangi federasyonumuz başarılıysa bizim için saygıdeğerdir. Federasyonların bizim nezdimizde bir ayırım söz konusu olamaz. Halter ne kadar önemliyse, güres, tekvando, yüzme ve diğerler ide bizim için aynı değerdedir.

DOPİNG KONUSUNDA İZLENEN YOL SİZCE DOĞRU MU?

Türkiye, son yıllarda dopinge mücadelede tüm dünyanın takdirini kazanan bir ülke oldu. Biz şampiyonluklarını tertemiz olmasını destekleyen bir anlayışa sahibiz. Sporcuların dopinge birlikteliğini ise zul sayarız. Bundan dolayı tüm federasyonlarla yaptığımız toplantılarda dopinge mücadelede kendilerine sürekli uyarılarda bulunuyoruz. Türkiye olarak üniversitelerle olan işbirliğimiz en üst düzeyde. Türkiye’nin ayrıca doping konusundaki tesislerini genişletiyoruz. Hacettepe Doping Merkezi, yenilenen yapısıyla gelecekte yine Türk ve yabancı sporculara hizmet verecek.





Antalya'da gövde gösterisi yaptık

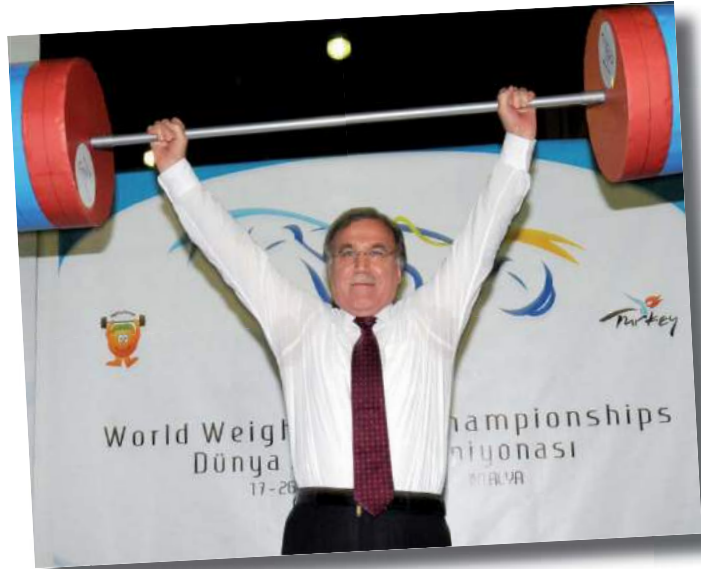
2010 Dünya Halter Şampiyonası 81 ülkeden 561 sporcunun katılımı ile Türkiye Halter Federasyonu'nun ev sahipliğinde Antalya'da başarılı bir organizasyonla yapıldı

Sporun güneydeki başkenti olma yolunda hızlı adımlarla ilerleyen Antalya, 2010 Dünya Halter Şampiyonasına da başarıyla ev sahipliği yaptı.

2012 Londra Olimpiyatları için kota müsabakalarının ilki olan Dünya Şampiyonasına 81 ülkeden 561 sporcu katıldı. Antalya Expo Center'da düzenlenen Dünya Halter Şampiyonası, TBMM Başkanı Mehmet Ali Şahin'in de katıldığı törenle 16 Eylül 2010 günü başladı. Açılış törenine, TBMM Başkanı Mehmet Ali Şahin'in yanı sıra, Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı Mustafa Akaydın, Uluslararası Halter Federasyonu Başkanı (IWF) Tamas Ajan, Antalya Milletvekili Sadık Badak, Basın İlan Kurumu Genel Müdürü Mehmet Atalay, Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş, Anfaş Yönetim Kurulu Başkanı Mustafa Çalık ile sporcular, teknik heyetler, spor-severler katıldı.

Törende ilk olarak, şampiyonaya katılan ülkelerin bayraklarının geçişi izlendi. Ardından İstiklal Marşımız okundu ve açılış konuşmalarına geçildi.

İlk sözü alan TBMM Başkanı Mehmet Ali Şahin, konuşmasına, şampiyonaya katılan ülkelerin temsilcileri ve sporcularını se-



lamlayarak başladı. Antalya'da her yıl 183 ülkeden 10 milyondan fazla insanın tatilini geçirdiğini, kentin dünya halter ailesinin mensuplarını ağırladığını kaydeden Şahin, bundan mutluluk duyduğunu söyledi. Organizasyonun Antalya'nın spor turizmine büyük katkı sağlayacağını dile getiren Şahin, bu nedenle Uluslararası Halter Federasyonu ile Türkiye Halter Federasyonu yöneticilerine teşekkür etti. Ülkemizin özellikle son yıllarda önemli gelişmelerle sporda atığa kalktığını, bilindiği gibi Dünya Basketbol Şampiyonasını başarıyla düzenlediğini kaydeden Şahin, Antalya'nın da Dünya Halter Şampiyonası organizasyonunu başarıyla tamamlayacağına inandığını vurguladı. Türkiye'nin, Dünya Halter Şampiyonası ile yeni bir organizasyona daha ev sahipliği yapmanın kıvancını taşıdığını ifade eden Şahin, "Memnuniyetle ifade etmeliyim ki, Türkiye daha büyük organizasyonlara mukteldir. 2020 Olimpiyatları'nı İstanbul'da düzenlemeyi istiyoruz. Umarım bunu da başaracağız" dedi. Sporun dünya barışına katkıda bulunduğunu, insanlar arasındaki dostluğu ve kardeşliği pekiştirdiğini kaydeden Şahin, Antalya'da düzenlenen



şampiyonanın da dünya barışına katkı sağlayacağına inandığını dile getirdi. Dünyada farklı ülkeler, milletler ve farklı kültürde milyarlarca insanın yaşadığını hatırlatan TBMM Başkanı Şahin, "Tüm bu farklılıklar içerisinde insanların anlaşabileceği bir tek dil var, bu da spor dilidir. Antalya da buna katkı sağlayacak" diye konuştu. Konuşmaların ardından TBMM Başkanı Şahin, yeniden kürsü-

ye gelerek, başarı dilekleriyle Dünya Halter Şampiyonası'nı açtı. Şahin, şampiyona organizasyonu için Uluslararası Halter Federasyonu Başkanı Tamas Ajan, Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş ile Antalya'daki yöneticilere plaket verdi. Halter Federasyonu Başkanı Akkuş da Şahin'e plaket sundu. Açılış töreninde Karizma Show adı verilen grup da akrobasi gösterisi yaptı.





TBMM Başkanı Şahin'den Ajana'a plaket

Uluslararası Halter Federasyonu Başkanı (IWF) Tamas Ajan Türkiye'nin bir spor ülkesi, Antalya'nın da spor, kültür ve turizmin cenneti olduğunu söyledi. Ajan, Türkiye'nin önümüzdeki 16 yıl içinde kesinlikle bir olimpiyat oyunu düzenleyeceğine inandığını vurguladı. Türkiye'nin halterde çok önemli dünya şampiyonları yetistirdiğini belirten Ajan, Naim Süleymanoğlu ve Halil Mutlu'nun olimpiyatlarda üç defa üst üste altın madalya kazandırdıklarını hatırlatarak şunları söyledi: "Tüm dünya Türkiye'nin ne kadar büyük bir ülke olduğunu farkında. Ben ayrıca, şampiyonaya katılan 81 ülke adına halter sporuna verdiğiniz destekten ötürü teşekkür ediyorum."

AKKUŞ'TAN IWF'YE TEŞEKKÜR

Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş da Dünya Halter Şampiyonası'nı Antalya'da düzenlemekten gurur duyduğunu belirterek, 2006 yılında bu organizasyonun Türkiye'de yapılmasına karar veren IWF'ye teşekkür etti. Şampiyonaya 81 ülkeden 561 sporcunun katıldığını belirten Akkuş, sloganlarının "2012 Londra Olimpiyatlarına ilk adım" olduğunu kaydetti. Şampiyonada dünyanın en iyi haltercilerinin podyuma çıkacağını belirten Akkuş, "Sporcular, dünya barışına katkı sağlamak ve uluslararası dostluğu pekiştirmek için de yarışacaklar" diye konuştu. Akkuş, şampiyonanın TBMM Başkanı Mehmet Ali Şahin'in himayesinde gerçekleştirildiğini sözlerine ekledi.





Şampiyona rekorla başladı

Ülkemizde, evsahiplüğümüzde düzenlenen Dünya Halter Şampiyonası'nın ilk günü rekorla başladı. Olimpiyat ve Avrupa Şampiyonu milli sporcumuz Nurcan Taylan, Antalya Expo Center'da yapılan Dünya Halter Şampiyonası'nda tarih yazdı. 48 kiloda yarışan sporcumuz, üç altın madalya kazanıp bir de dünya rekoru kırdı. Nurcan Taylan bu sonuçla kariyerindeki ilk dünya şampiyonluğuna da imza atmış oldu. Şampiyonadaki diğer temsilcimiz Sibel Özkan ise iki gümüş, bir bronz madalya kazandı.

SİLKMEDE DÜNYA REKORU
Şampiyonada 48 kiloda mücadele eden Nurcan Taylan koparmadaki birinci hakkında 90 kilo kaldırdı. İkinci hakkında 93 kiloyla koparmada altın madalya kazanan Taylan, ağırlığının neredeyse iki katını (1,9375) kollarında yükseltti. Üçüncü hakkında 99 kilo ile dünya rekoru deneyen Taylan, bu dereceyi bir başka şampiyonaya sakladı.

Silkmede ilk hakkında 112 kiloyu sırtlayan Nurcan Taylan ardından 116 kiloyu kaldırarak altın madalyayı ga-

rantiledi. Taylan, daha sonra 121 kilo dünya rekoru için podyuma geldi. 121 kiloyu da kaldıran Nurcan Taylan, dünya rekorunun sahibi oldu. Bu ağırlık da Nurcan'ın vücut ağırlığının tam iki buçuk katı anlamına geliyordu.

Aynı kiloda yarışan diğer sporcumuz Sibel Özkan da koparmadaki 90 kiloluk derecesiyle gümüş madalya kazandı. Silkmedeki ilk hakkında 110 kilo ağırlık kaldıran Özkan, ikinci hakkında 115 kilo ile bronz madalyayı garantiledi. Üçüncü hakkında 119 kiloyu



48 kiloda üç altın alırken bu derecesini silkmedeki 121 kiloluk dünya rekoru ile taçlandıran Nurcan Taylan, ülkemizin gururu olmayı sürdürdü

deneyen Özkan, bu hakkında başarısız oldu. Özkan, toplamda 205 kiloya ulaşarak gümüş madalya aldı.

“ ÜLKEMDE TARİHE GEÇTİM ”

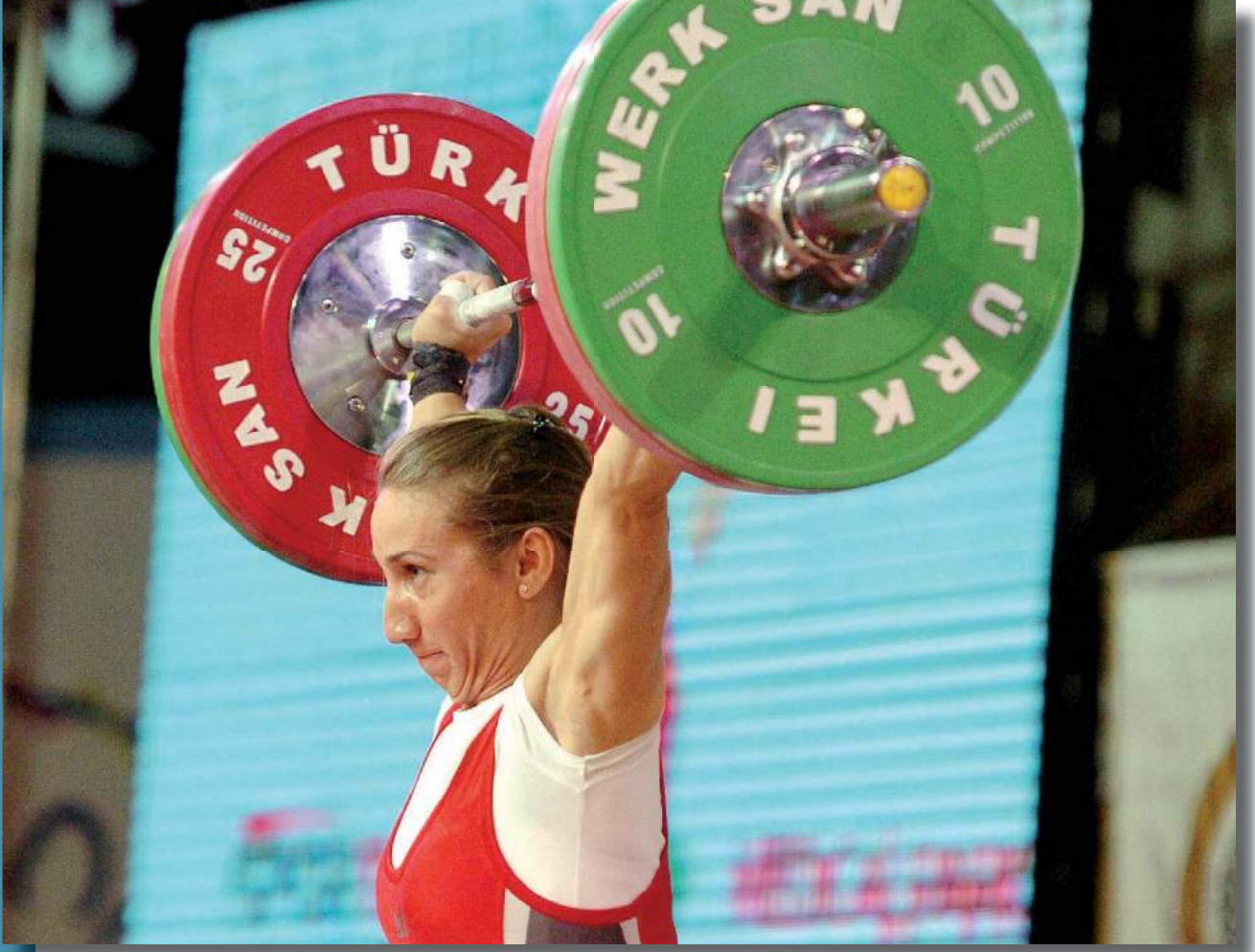
Nurcan Taylan koparma ve silkmede birinciliği elde ederken toplamda da 214 kiloyla altın madalyayı da boynuna takmayı başardı. Şampiyonayı 3 altın madalyayla tamamlayan Nurcan Taylan, dünya rekorunun ardından Türk bayrağıyla tur attı. Şampiyon sporcumuz “Olimpiyat tarihimize altın madalya alan tek bayan sporcuydum. Dünya şampiyonasında 3 altını dünya rekoruyla süsleyen bayan sporcu olarak tarihe geçtim. Kendi ülkemde tarih yazdım. Çok mutluyum” diye konuştu.

Nurcan Taylan, böylece Olimpiyat ve Avrupa şampiyonu unvanlarının yanına dünya şampiyonluğunu da eklemiş oldu. Taylan’a madalyasını TBMM Başkanı Mehmet Ali Şahin taktı.

Sibel Özkan ise, sağlık nedenlerinden vücudunda su kaybı oluştuğunu ve bunun kramplara neden olduğunu belirterek, “Buna rağmen elimden geleni yapmaya çalıştım. Nurcan arkadaşımı tebrik ediyorum. Ben de bir altın almayı bekliyordum ama nasip değilmiş” yorumunu yaptı.

Başarılı milli sporcu bundan sonraki hedefinin Londra Olimpiyatlarından altın madalya ile dönmek olduğunu söyledi.





Aylin'den iki gümüş, bir bronz

Günün müsabakalarını IWF Başkanı Tomas Ajan, Gençlik ve Spor Genel Müdürü Yunus Akgül, Ak Parti Sivas Milletvekili Hamza Yerlikaya ve Halter Federasyon Başkanımız Hasan Akkus' takip etti, sporcularımıza destek verdi. Koparmada 90 kilo ile bronz madalya kazanmasının ardından silkme mücadelesi için podyuma çıkan Aylin, ilk hakkında 115, ikinci hakkında 117 kilo kaldırdı. Son hakkında 121 kilo kaldıran milli halterci kendisinden sonra podyuma çıkan Çinli Xiaoting Chen'in 122 kiloda başarılı olması üzerine altın madalyayı kaçırdı.

Koparmada 90, silkmede 121 kilo kaldıran Daşdelen, toplamda da 211 kilo ağırlığa ulaşarak, Dünya ikincisi oldu. Daşdelen, şampiyonayı 2 gümüş, 1 bronz madalya ile tamamladı.

Bayanlarda 53 kiloda yarışan Aylin Daşdelen silkme ve toplamda gümüş, koparmada bronz madalya kazandı.



Sibel Şimşek gümüş aldı

Dünya Halter Şampiyonası'nın dördüncü gününde 63 kilo-
da podyuma çıkan başarılı haltercimiz Sibel Şimşek koparma-
da gümüş madalyanın sahibi oldu. Sibel Şimşek, koparma mü-
cadelesinde ilk hakkında podyuma 108 kilo için çıktı. Bu ağır-
lığı başarı ile kaldıran Şimşek ikinci hakkında başarılı olamadı.
Üçüncü ve son hakkı için podyuma gelen milli halterci, 111 kilo-
yu kaldırarak gümüş madalyanın da sahibi oldu.
Koparmada, Çinli Xiaofang Ouyang 112 kilo kaldırarak altın, Gü-
ney Koreli Soo Kyung Kim 107 kilo ile bronz madalya kazandı.

İKİNCİ GÜMÜŞ TOPLAMDAN

Koparmada aldığı gümüş madalyanın ardından silkmeye
mücadele eden sporcumuz ilk hakkında 130 kilo kaldırdı.
İkinci ve üçüncü hak-
kında başarısız olan
Şimşek, toplamda
241 kilo ağırlığa ula-
şarak gümüş madal-
ya aldı. Şimşek böy-
lece şampiyonayı ko-
parma ve toplamda
aldığı 2 gümüş ma-
dalya ile kapattı.

YENİ DÜNYA REKORU
Öte yandan, silkmeye
Kazakistan'dan Maiya
Maneza 143 kilo ağırlık
kaldırarak dünya rekoru
kırdı. Taylandlı Pawina
Thongsuk'un 2006'da
142 kilo kaldırarak sahi-
bi olduğu rekoru kıran
Maneza, altın madalya-
nın da sahibi oldu.

AYŞEGÜL umut verdi

17 yaşında gösterdiği performansı, Ayşegül Çoban'a bağlanan umutları yeşertti

53 kilo B grubunda podyuma çıkan 17 yaşındaki en genç sporcumuz olan Ayşegül Çoban, koparma kategorisinde ilk iki hakkında 68 kiloyu kaldıramadı. Üçüncü ve son hakkında yine 68 kiloyu deneyen Çoban, bu kategoride on birinci oldu.

Silkme kategorisi için tekrardan podyuma gelen Ayşegül Çoban ilk iki hakkında 92 ve 95 kiloları rahatlıkla kaldırdı. Üçüncü hakkında 98 kiloyu deneyen Çoban başarılı olamayarak sekizinci sırada yer aldı. Toplamda 163 kilo kaldıran Ayşegül Çoban, B kategorisini 10. sırada tamamalarken, ilerisi için umut verdi.



BAYANLAR MADALYA SIRALAMASI

Sıra	Ülke	Altın	Gümüş	Bronz	Toplam
1	Çin	14	12	6	32
2	Rusya	9	8	8	25
3	Kazakistan	5	0	1	6
4	Türkiye	4	7	4	15
5	Kuzey Kore	3	4	3	10
6	Ermenistan	3	1	3	7
6	Polonya	3	1	3	7
8	Beyaz Rusya	1	2	2	5
9	İran	1	2	1	4
10	Romanya	1	1	2	4
11	Almanya	1	1	0	2
12	Ukrayna	0	2	2	4
13	Güney Kore	0	1	4	5
14	Kolombiya	0	1	1	2
14	DominikC.	0	1	1	2
16	Küba	0	1	0	1
17	Mısır	0	0	2	2
18	Endonezya	0	0	1	1



Antalya'daki yarışmada Mete Binay'ı Tokat'tan gelen ailesi de yalnız bırakmadı. Binay'ı eşi Emine hanım, iki yaşındaki oğlu Arda, babası Abil ve Züleyha ile kayınpederi Fazlı Çiftçi ile kayınvalidesi Güler Çiftçi de izledi.



Dünya Halter Şampiyonası'nda erkeklerde ilk altın, 69 kiloda Mete Binay'dan geldi. 2005 yılında Dominik Cumhuriyeti'nde ikincilik basamağına çıkan Binay, beş yıl aradan sonra bu kez altın madalyayı boynuna taktı. Sporcumuz toplamda bronz madalya kazandı. Milli sporcumuz Mete Binay, Çinli rakibi Hui Liao ile adeta taktik savaşı verdi. Sporcumuz ilk hakkında 156 kiloyu kaldırdı. Ardından 160 kiloda da başarılı olan Mete, aynı ağırlığı Liao'nun da kaldırmamasına rağmen, tartı avantajıyla birinci sırada yer aldı. Son haklarda hem Binay, hem de Çinli sporcu dünya rekoru denediler. Her iki sporcu da dünya rekoru olan 166 kiloyu kaldıramadı ve Türkiye erkeklerde ilk altın madalyasına ulaştı.

Milli haltercimiz Mete Binay, zayıf olduğu silkmeye derece yapabilmek için sınırlarını zorladı. İlk hakkında 175 kiloda başarılı olmasına rağmen 181 ve 182'yi denemelerinde kaldıramayarak, silkmeyi 10. sırada tamamlarken, toplamdaki 335 kilo sporcumuza bronz getirdi. Çinli sporcu, Hui Liao ise silkmeye 198 kilo kaldırıp, yeni Dünya rekorunun da sahibi oldu.

Erkeklerde ilk ve tek altın Mete'den



Bünyamin Sezer pes etmedi



62 kilo sporcumuz Bünyamin Sezer, koparma kategorisinde 3 hakkın da başarılı olamadı. Bünyamin Sezer, yılmayarak silkme kategorisi için podyuma kararlı geldi; ilk hakkında 150 kiloyu kaldıramayan Bünyamin ikinci denemesinde 150 kiloyu üçüncü hakkında da 155 kiloyu kaldırarak kendine geldi. 62 kilogramda madalya arayan Bünyamin Sezer'i desteklemek için babası Ahmet Sezer, annesi Nazik hanım ve kız kardeşi Bahar'ın da aralarında bulunduğu akrabaları salonda hazır bulundu.

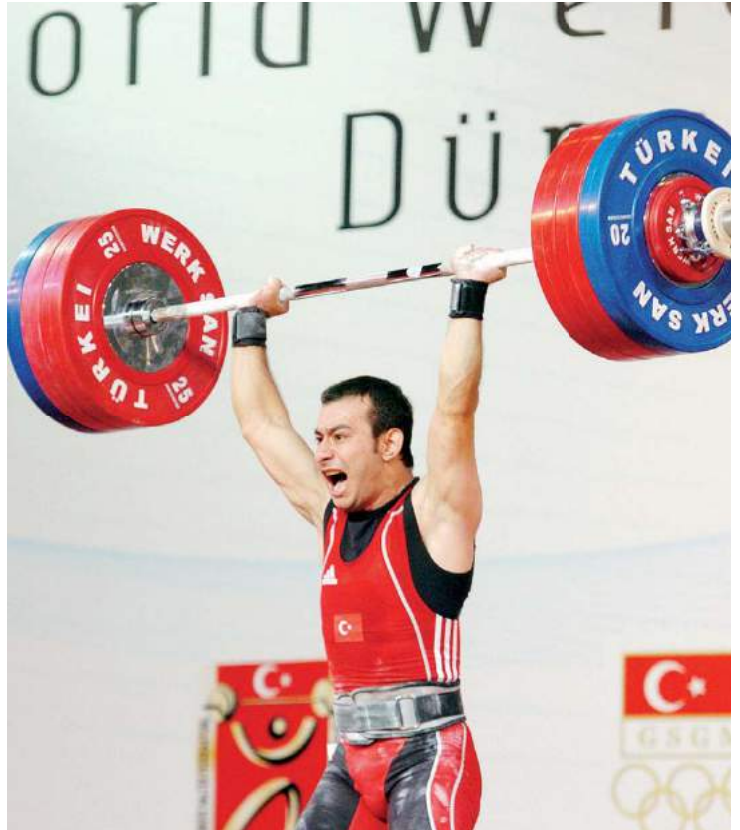
Bilgin Erol'dan iki madalya

Dünya Halter Şampiyonası'nın 3. gününde yarışan 62 kilo sporcumuz Erol Bilgin, ülkemize iki madalya kazandı. Koparmadaki ilk hakkında 138 kilo kaldıran Bilgin, ikinci hakkı olan 143 kilo için podyuma çıktı ancak başarılı olamadı. Üçüncü hakkında 143 kiloyu kaldırmayı başaran haltercimiz koparmada gümüş madalyanın da sahibi oldu.

Kuzey Kore'den Un Guk Kim koparmada 147 kilo kaldırarak altın madalya alırken, Çin'den Jianjun Ding de 142 kilo ile bronz madalyayı kazandı.

TOPLAMDA BRONZ GELDİ

Erol Bilgin, silkmedeki ilk hakkında 166 kilo ağırlığı kaldırdı. İkinci hakkında başarısız olan ve 171 kilo ağırlığı üçüncü hakkında kaldıran Bilgin, toplamda 314 kiloya ulaşarak bronz madalya aldı. Böylece başarılı haltercimiz Bilgin, koparmada aldığı gümüş ile şampiyonayı 2 madalya kazanarak tamamladı. Bu kategoride başarılı olan sporculara madalyalarını Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş, Halter Federasyonu AS Başkanı Ümit Durak ve Dünya Halter Federasyonu'ndan bir yetkili taktim etti.



Gökhan Kılıç ilk 10'a girdi

56 kiloda B grubunda yarışan haltercimimiz Gökhan Kılıç, koparma kategorisinde ilk hakkında 112 kiloyu kaldırdı. İkinci hakkında 116 kiloyu deneyen Kılıç başarılı olamadı. Üçüncü hakkında da aynı kiloyu deneyen ve kaldıran Kılıç, bu kategoriyi üçüncü sırada tamamladı. Silkmeye kategorisinde 130 kilo için tekrar podyuma gelen Gökhan Kılıç bu hakkında başarılı oldu. İkinci ve üçüncü hakkında 135 ve 137 kiloları deneyen Kılıç, bu kiloları kaldıramayınca onuncu oldu. Toplamda 246 kiloya ulaşan Kılıç, şampiyonayı onuncu sırada tamamladı.



Semih madalya kazanamadı



77 kiloda podyuma çıkan diğer Türk halterci Semih Yağcı ise koparmada kaldırdığı 158 kiloluk ağırlıkla Avrupa 6'ncısı, silkmeye 177 kiloluk kaldırışıyla Avrupa 10'uncusu, toplamda da 334 kiloluk kaldırışıyla Avrupa 7'ncisi oldu.



ERKEKLER MADALYA SIRALAMASI

Sıra	Ülke	Altın	Gümüş	Bronz	Toplam
1	Çin	4	5	2	11
2	Rusya	3	3	2	8
3	Kazakistan	2	0	0	2
3	Polonya	2	0	0	2
5	Türkiye	1	3	2	6
6	Kuzey Kore	1	0	2	3
7	Ermenistan	1	0	1	2
8	İran	1	0	0	1
9	Beyaz Rusya	0	1	1	2
9	Romanya	0	1	1	2
9	Ukrayna	0	1	1	2
12	Almanya	0	1	0	1
13	Mısır	0	0	1	1
13	Güney Kore	0	0	1	1
13	Dominik Cumhuriyeti	0	0	1	1
Total		15	15	15	45





Dünya halter camiası Antalya'daydı

Antalya'da yapılan Dünya Büyükler Halter Şampiyonasında Bayan Milli Takımımız, Dünya üçüncüsü oldu. Erkek Milli Takımımız, ettiği puanlarla 17'inci sıradan 9'uncu sıraya yükseldi.

81 ülkeden 657 sporcunun katıldığı limpiyat kalifikasyonlarının belli olduğu şampiyona rekor bir katılımı sona erdi.

Kremlin Otel'de yapılan kapanış seremonisine Dünya Halter Federasyonu (IWF) Başkanı Tamas Ajan, Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş, katılımcı ülkelerin delegasyonları, sporcular ve birçok davetli katıldı.

Dünya halter Federasyonu Başkanı Tamas Ajan Türkiye'nin bir spor ülkesi olduğuna dikkati çekerek, "Türkiye çok büyük Avrupa'da genç nüfusa sahip olan en büyük ülke. Bu zamana kadar dünyanın en iyi spor organizasyonlarına imza attınız. Hepsinde de bu organizasyonda olduğu gibi başarılı oldunuz. Türkiye'de gerçek bir spor milleti olduğu kanaatindeyim" dedi.

Ajan, bu sözleri açılıştan sonra kapanışta da sarfederek şampiyonayı ve Türkiye'ye olan hayranlığını bir kez daha dile getirdi.

Bu yıl oldukça yoğun bir dönem geçirdiklerini ve bir çok spor organizasyonlarına katıldıklarını da belirten Ajan, "Bunlardan en önemlisi Türkiye'deki şampiyonaydı ve en iyi şekilde de düzenlediniz. Bir çok rekor kırıldı. Bir çok olimpiyat kotası verildi. Rekor katılımlı bir şampiyonaya imza attınız. Antalya halter tarihinde yerini aldı" diye konuştu.

Ajan, tüm antrenör, sporcu ve hakemlere şampiyonaya katkılarından dolayı teşekkür etti.





AKKUŞ: GURURLUYUZ

Böylesine önemli bir şampiyonaya ev sahipliği yapmanın verdiği gururu dile getiren Türkiye Federasyon Başkanı Dr. Hasan Akkuş, “2012 Londra Olimpiyatlarına bir kısım sporcuyla Antalya’dan göndermenin mutluluğunu yaşıyoruz. Rekor bir katılımı 81 ülkeyi Antalya’da ağırlamanın gururunu yaşadık. Şampiyona sırasında meydana gelmiş olabilecek olumsuzluklardan dolayı hepinizin hoş görüşüne sığınıyoruz” diye konuştu. Dünya Halter Federasyonu’na organizasyon için Türkiye’yi seçtikleri için teşekkür eden Başkan Hasan Akkuş, şampiyonaya katkıda bulunan herkesi kutladı.

BAYANLAR 3. BİTİRDİ

2009 yılında Kore’de yapılan Dünya Şampiyonasında da takım halinde üçüncü olan bayan haltercilerimiz, ev sahipliği yaptığımız şampiyonayı da Dünya Üçüncüsü olarak yerini korudu. Erkeklerde 2003 yılından bu yana yapılan dünya şampiyonalarında madalya alamazken bu şampiyonada Erol Bilgin ile madalya hasretimize son verdik. Kore’de yapılan Dünya Şampiyonasında on yedinci sırada yer alan erkek haltercilerimiz bu sene sekizinci olarak dokuz basamak birden yükseldi.

ÇİN BİRİNCİ

Şampiyonada Çin, hem bayanlar hem erkeklerde ilk sırayı alırken, bayanlarda Kazakistan ikinci, Türkiye üçüncü, Rusya dördüncü, Polonya beşinci, Tayland 6. oldu. Erkeklerde de Rusya ikinci, Polonya üçüncü, Özbekistan dördüncü, İran beşinci, Güney Kore 6. sırayı aldı. Şampiyonanın en iyi erkek haltercisi 69 kiloda yarışan Çinli Hui Liao seçilirken, en iyi kadın halterci 75 kiloda yarışan Rusya’dan Tatiana Kashirina oldu. Tören sonunda Dünya Halter Federasyonu Başkanı Tamas Ajan, Federasyon Başkan Dr.Hasan Akkuş’tan Uluslararası Halter Bayrağı’nı alarak 2011 Dünya Şampiyonası’nın düzenleneceği Fransa’nın Halter Federasyonu yetkilisine teslim etti.

2012 Londra'da tam kadroyuz

Antalya'da yapılan Dünya Büyükler Halter Şampiyonasında Bayan Milli Takımımız, Dünya üçüncüsü oldu. Erkek Milli Takımımız, ettiği puanlarla 17'inci sıradan 9'uncu sıraya yükseldi.

Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Dr. Hasan Akkuş Dünya Büyükler Halter Şampiyonası'nı, "Olimpiyatta tam kadroyuz3 sözleriyle değerlendirdi.

Sampiyonanın bitmesine yakın bir basın toplantısı düzenleyen Dr. Hasan Akkuş, sorunsuz şampiyona yaşandığına dikkati çekerek "Müsabakaların büyük bir bölümünü tamamladık. Hem sporcu katılımı, hem de delegasyon anlamında rekor bir katılım var. 81 ülkeden 561 sporcu organizasyona katılıyor. Katılan tüm takımlar olimpiyat kotalarının verileceği bu şampiyonada en iyi sporcularını ülkemize getirdi. Evimizde sürekli olarak kırılan dünya rekorlarına izliyoruz. Madalyalar ülkeler arasında paylaşılıyor" diye konuştu.

Şampiyona öncesinde, özellikle bayanlarda hedeflenen kotanın kazanıldığını vur-

gulayan Federasyon başkanımız Dr.Hasan Akkuş, "Subat ayından bu yana hem bayan hem de erkek milli takımımız soluksuz hazırlandı. Buraya gelemeden önce bazı hedeflerimiz vardı. Bunlardan biri bayanlarda olimpiyat kotasını maksimum düzeyde kazanmak, erkeklerde ise ilk dokuz içerisinde yer alıp madalyalar ele etmekte. Şu ana kadar hedeflerimizi tutturduk. Son yıllardaki dünya şampiyonalarında aldığımız madalyaların fazlasını kazandık. Bayanlarda takım olarak ilk üç içinde yer alıyoruz. Erkeklerde ise bir sporcumuzun sıfır çekmesi bizi çok etkiledi. Erkek milli takımımızda ise oluşturduğumuz genç jenerasyonun meyvelerini toplamaya başlıyoruz. Gençlerimizi hemen müsabakalar sonrası kampa alarak hem Gençler Avrupa Şampiyonasına hemde 2011 yılı için hazırlayacağız" diyerek değerlendirmesini tamamladı.



DÜNYA ŞAMPİYONASI ANTALYA





Halterde Avrupa'nın da zirvesindeyiz

Organizasyon başarısı, uluslararası saygınlık, kazanılan madalyalar ve çağdaş eğitiminin uygulandığı eğitim sistemi, Türk halterini Avrupa'nın zirvesine taşıyor

Türk Halteri yeni bir sayfa açtı. Naim Süleymanoğlu ve Halil Mutlu gibi erişilmesi zor başarılarla imza atan sporcuların ülkesi Türkiye, gidenin yerine yenilerini yetiştirdiğini bir kez daha kanıtladı. Sözün özü, ülkemiz, artık kendi sporcusu ile zirve yürüyüşünde. Adı doping ile anılan bu brans şimdi kendine bembeyaz bir sayfa açmış durumda. Hem olimpiyat hem de dün-

ya ve Avrupa şampiyonalarında ülkemize en fazla madalya getiren branşlardan biri olma özelliğini taşıyan halterde Federasyon, bu tablonun verdiği özgüvenle önümüzdeki yıllar için de bir hayli umutlu.

Son olarak Belarus'un başkenti Minsk'te yapılan Avrupa Şampiyonasında toplam 10 altın, 5 gümüş ve 4 bronz madalya kazanan Türkiye, yarışan tüm ülkeler tarafından beğeni topladı. Özellikle bayan haltercilerimiz gösterdikleri performansla takım halinde Avrupa Şampiyonu olmanın gururunu yaşadılar.

Özellikle doping konusunda çok ciddi sınavlar verdiklerini dile getiren Halter Federasyonu Başkanı Dr. Hasan Akkuş, eski Bulgar ekolünü temizleyerek organizasyonlara tamamen yeni, batılı bir sistemle hazırlandıklarını söyledi. Belarus'ta şampiyonaya katılan tüm ülkelerin kendisine "San-ki Türkiye'deyiz" şeklinde başarı dilemesinin gurur verici olduğunu söyleyen Akkuş, "Federasyonumuz sadece



sportif alanda başarılı olmuyor. Organizasyonlar konusunda çok ciddi atılımlarımız var. Elbette Avrupa Şampiyonası'nda maddiyalar kazanmak mutluluk verici. Göreve geldiğimizden itibaren uyguladığımız programların meyvelerini topluyoruz" yorumunu yaptı.

DOPİNG KONUSUNDA KARARLIYIZ

Halter Federasyonu olarak 2006 yılından bu yana 2500'ün üstünde doping kontrolü yaptıklarını dile getiren Hasan Akkuş, beşinci yıla girmelerine rağmen, tek bir doping olayına rastlanmadığını belirtti. Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Dr. Hasan Akkuş, "Halterde dopinge sıfır tolerans" programıyla artık dünyada örnek gösterilen ülkelerin başında geldiklerini, bazı ülkelerin halter federasyonları konu ile mücadele için kendilerinden yardım istediklerini, Türkiye'nin konudaki tecrübesini diğer ülkelere aktardıklarını açıkladı.

HALTER OKULLARDA YAYILIYOR

Türkiye'de halterin hızla büyüdüğünü belirten Hasan Akkuş, altyapıya büyük önem verdiklerini söyledi. Özellikle okullarda halterin yayıldığına değinen federasyon başkanı Akkuş, "Federasyonumuzun temel hedefi altyapıyı kalkındırmak. Şu anda 30'a yakın okulumuzda halter branşı yapılıyor. Biz haltere çocukları 11 yaşında başlatıyoruz. Ancak bu çocuklar 13 yaşında ağırlık kaldırmaya başlıyorlar. Batı bilimini ve tekniğini alıyoruz. Bu sporu yapmak kolay değil. Ancak Özel karakterli insanlar yapabilirler" diye konuştu.



MİSK'TE AVRUPA'YI FETHEDENLER

03 -12 Nisan 2010 tarihlerinde Belarus'un başkenti Minsk'te yapılan Avrupa Halter Şampiyonasında yarışan Erkek ve Bayan Milli Takım kabilemiz şu isimlerden oluştu:

Kafile Başkanı: Dr. Hasan Akkuş

İdareciler: Suzi İrfanoğlu, Hasan İşleyici, Fevzi Çelik

Kafile Doktoru: Doç.Dr. İbrahim Yanmış

Müsabaka Hakemi: Suat Gücüyener



Erkek Milli Takım
Teknik Direktörü: Raif Özel
Bayan Milli Takım Teknik
Direktörü: Talat Ünlü
Erkek Milli Takım Antrenörleri:
Muharrem Süleymanoğlu,
Hasan Tokar
Bayan Milli Takım Antrenörle-
ri: Mustafa Doğan, Erkan Kayır,
Nurcihan Gönül
Masör: Cemalettin Yıldız
Masöz: Emine Akyol
Basın Görevlisi Bülent Karadaş

ERKEK MİLLİ TAKIM

62 kilo: Gökhan Kılıç,
Sedat Artuç
62 kilo: Erol Bilgin,
Bünyamin Sezer
69 kilo: Mete Binay
77 kilo: Semih Yağcı,
Samet Keleş
85 kilo: İzzet İnce

BAYAN MİLLİ TAKIM

48 kilo: Nurcan Taylan,
Saziye Okur
53 kilo: Emine Bilgin,
Aylin Daşdelen
63 kilo: Sibel Şimşek
+ 75 kilo: Sibel Altındaş,
Ümmühan Uçar

REKORTMEN ALTIN KIZ

Milli şampiyonumuz Minsk'te koparma ve silkmeye altına rekor kırarak ulaştı

Belarus'un başkenti Minsk'te büyük umutlarla başladığımız Avrupa Halter Şampiyonası'nda 48 kilo bayanlarda Nurcan Taylan koparma, silkmeye (Avrupa rekorunu kırarak) ve toplamda altın madalyaya ulaştı. Bu kiloda Saziye Okur silkmeye ve toplamda Avrupa üçüncüsü, koparmada dördüncü sırada yer aldı.





Taylan, kendisi ile yarışıp cep her-
küllerimiz Naim Süleymanoğlu ve
Halil Mutlu'yu hatırlatarak hem
koparmada hem silkmedeki ilk
kaldırışlarında Avrupa Şampiyon-
luğunu ilan etti.

Nurcan Taylan, koparmada ilk
hakkında 85, ikinci hakkında ise
90 kilo kardırdı. Şampiyonluğu
garantileyen Taylan son hakkın-
da ise 95 kiloda başarılı olamadı.
Milli sporcumuz silkmede ise ade-
ta şov yaptı. İlk hakkında 108 ki-
loyu kaldıran Nurcan Taylan daha
sonra Avrupa rekorunu 118 kilo ile
denedi. 117 kiloluk Sibel Şimşek'e
ait Avrupa rekorunu tarihe gömen
Taylan silkmede de altın madal-
yanın sahibi oldu. Taylan toplam-
da ise 208 kilo ile yine madalyaya
ulaşan isim oldu.

GENÇ ŞAZİYE'DEN İKİ MADALYA
48 kiloda yarışan diğer bir spor-
cumuz Saziye Okur ise silkme ve
toplamda bronz madalyanın sahi-
bi oldu. Koparmada 78 kilo ile Av-
rupa dördüncülüğünü elde eden
genç sporcumuz, silkmede 95
kilo toplamda 173 kilo ile Avrupa
Üçüncülüğünü elde etti.





Aylin rekorla Avrupa Şampiyonu

53 kilodaki gururumuz Aylin Daşdelen, Minsk'i fethetti. Başarılı sporcumuz üç altın aldı, silkmede 120 kilo ile Avrupa rekoru kırdı

Belarus'un başkenti Minsk'te düzenlenen Avrupa Halter Şampiyonası'nın ikinci gününde 53 kiloda yarışan Aylin Daşdelen üç altın madalya kazandı. Koparmada 88 kilo, silkmede 120 kiloluk Avrupa Rekoru ile birinciliği elde eden

Daşdelen toplamda ise 108 kilo ile altın madalyanın sahibi oldu. Aynı kiloda mücadele eden Sibel Özkan ise koparmada 84 kilo ile beşinci, silkmede 108 kilo ve toplamda 192 kiloluk dereceleri sonrasında dördüncü sırada yer aldı.





Avrupa Şampiyonası'nın ikinci gününde podyuma çıkan Aylin Daşdelen en yakın rakibi Bulgar Boyonka Kostova ile büyük bir çekişme yaşadı. Koparmada ilk hakkında 85 kiloyu deneyen başarılı sporcumuz, başarılı olmadı. İkinci hakkında 85 kiloyu kaldıran Aylin Daşdelen, son hakkında 88 kiloyu kaldırarak Avrupa Şampiyonu oldu. Sıllkme müsabakalarında ise büyük heyecan ve çekişme vardı. İlk hakkında 110 kiloda başarılı olan Daşdelen, ikinci hakkında ise 112 kilo kaldırarak altın madalyayı garantiledi. Son hakkında ise 119 kiloluk Avrupa Rekordunu kırmayı planlayan milli sporcumuz 120 kiloyu fazla zorlanmadan kaldırarak büyük bir başarıya imza attı. Aylin Daşdelen toplamda elde ettiği 208 kiloluk derecesi ile üçüncü altın madalyasını boynuna takmış oldu.



63 kiloda yarışan Sibel Şimşek silkme ve toplamda altın, koparmada gümüş madalya kazandı





Avrupa Halter Şampiyonası'nda ülkemiz madalyalara resmen ambargo koydu. Özellikle bayanlarda büyük başarılarla imza atan milli takım sporcularına Sibel Şimşek de eklendi. 63 kiloda yarışan Sibel Şimşek silkme ve toplamda altın, koparmada gümüş madal-

ya kazandı. Başarılı sporcumuz Sibel Şimşek silkmedeki ilk hakkında 127 kiloluk hakkında başarılı oldu. İkinci hakkında 134 kiloyu kaldıran Şimşek, silkmede ve toplamda altın madalyayı garantiledikten sonra son hakkında Avrupa rekoru kırmak için 142 kiloyu dene-

di. Ağırlığa iyi konsantre olamayan milli sporcumuzun rekor denemesi başarısızlıkla sonuçlandı. Koparmada da 110 kiloluk derecesiyle gümüş madalya kazanan sporcumuz toplamda 244 kiloluk derecesi sonrasında altın madalyanın sevinci yaşandı.



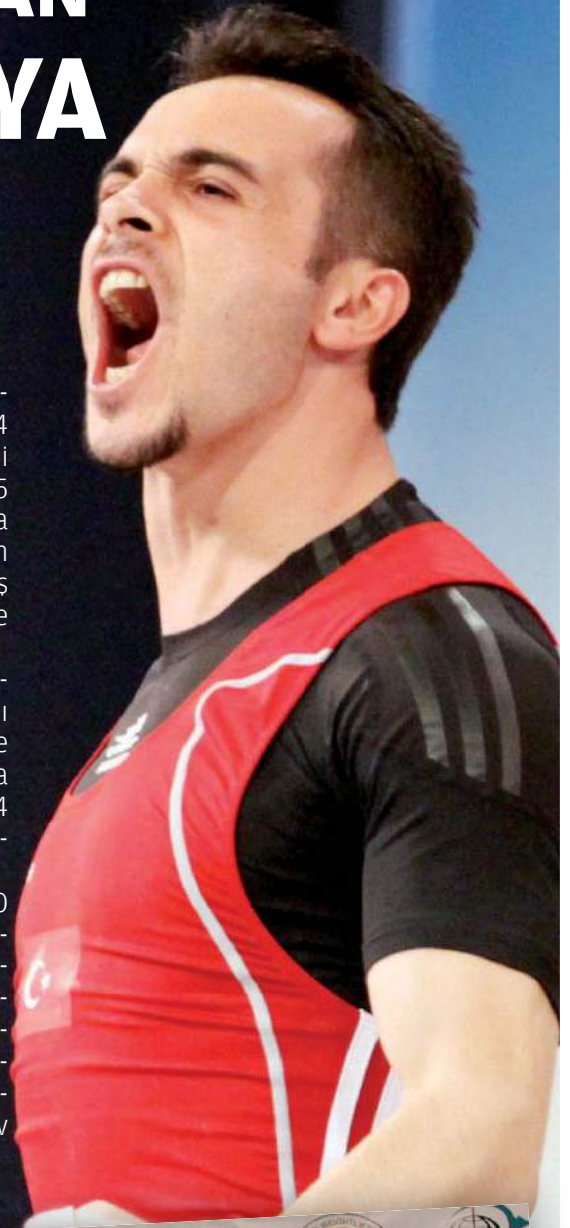
METE BİNAY'DAN İKİ MADALYA

Erkekler 69 kiloda Mete Binay koparmada 149 kiloluk derecesi ile gümüş, 314 kiloluk derecesi ile toplamda bronz madalya kazandı.

Avrupa Halter Şampiyonası'nda erkekler 69 kiloda Mete Binay koparmada 149, toplamda 314 kiloluk derecesi ile de bronz madalyanın sahibi oldu. Mete Binay koparmadaki ilk hakkında 145 kiloyu denedi ve başarılı oldu. İkinci hakkında 149 kiloyu kaldırmayı başaran Mete Binay, son hakkında 151 kiloyu kaldırmayı denedi. Kaldırış sırasında geciken Binay bu kiloyu kaldıramadı ve gümüş madalya kazandı.

Silkmede ise ilk kaldırışında 160 kiloda başarılı olan Binay, ikinci hakkında 165 kiloda başarılı olamadı. Sakat sakat son hakkını deneyen Mete Binay 165 kiloyu kaldırarak yarışı beşinci sırada tamamladı. Mete Binay Toplamda ise 314 kiloluk derecesi ile Avrupa üçüncülüğüne elde etti.

Silkmede Romen Ninel Miculescu 180 kilo ile birinciliği, Rus Mikhail Gobbev 171 kilo ile ikinciliği Moldova'lı Alexandru Spac 168 kiloluk derecesi ile üçüncülüğü elde etti. Toplamda birinciliği Romen sporcu Ninel Miculescu 333 kilo ile elde ederken ikinciliği ise Rus Mikhail Gobbev 319 kiloluk derecesi ile kazandı.





Avrupa'nın zirvesinde iki Türk

62 kilo sporcularımız Erol Bilgin ve Bünyamin Sezer, yaptıkları kaldırışlarla Minsk'te, Avrupa'nın zirvesinde yer aldı

Belarus'un başkenti Minsk, Türk halterinin ismini tüm Avrupa'ya bir kez daha duyurduğu yer olarak tarihe geçti. Avrupa Halter Şampiyonası'nın ikinci gününde sporcularımız muhteşem derecelere imza attı.

53 kiloda yarışan, ve üç altın madalyanın yanı sıra Avrupa rekoru da kıran Aylin Daşdelen'iden sonra sıra erkekler 62 kiloda Türkiye'yi temsil eden Erol Bilgin'le Bünyamin Sezer'e gelmişti. Bu iki sporcumuz, performansları ile rakiplerinin korkulu rüyası oldular. Bilgin, Koparma'da 139, toplamda ise 304 kiloluk derecesi ile altın madalya aldı. Bilgin silkmeye

büyük bir talihsizlik yaşadı. Temsilcimiz, Romen sporcu Buci Antoniu'ya karşı 20 gramlık tartı dezavantajı ile 165 kiloluk kaldırışı ile gümüş madalyada kaldı. Altın, Rumen halterciye gitti.

62 kiloda yarışan diğer sporcumuz Bünyamin Sezer ise koparmada 136 kiloluk kaldırışı sonrasında gümüş madalya alarak takım sıralamasına büyük katkı yaptı.

Bünyamin Sezer, koparmada kaldırdığı 135 kiloyla gümüş madalya kazanarak Avrupa ikincisi oldu. Sezer silkmeye altıncı toplamda ise beşinciliği elde etti.



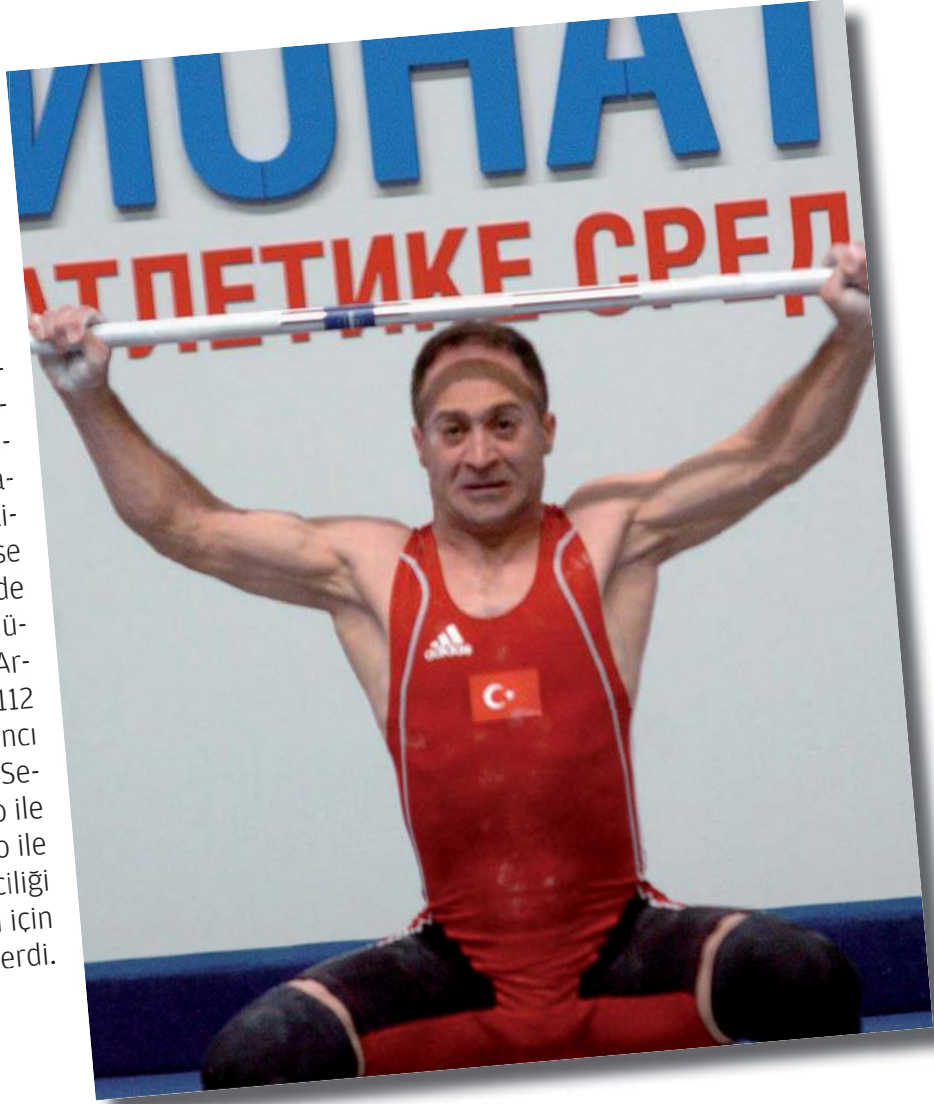


İzzet'ten gümüş geldi

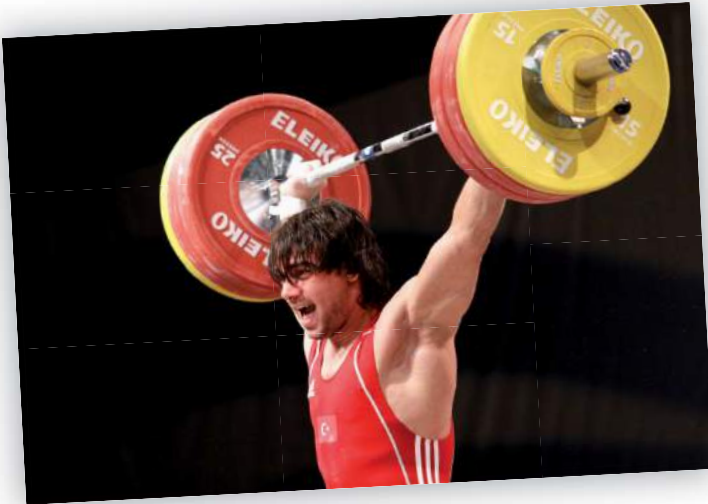
Avrupa Halter Şampiyonası'nın beşinci gününde erkekler 85 kiloda podyuma çıkan İzzet İnce, koparmada yaptığı 170 kiloluk kaldırışı ile gümüş madalya kazandı. İzzet İnce silkme müsabakalarındaki ilk hakkında 185 kiloda başarılı oldu. İnce, 197 kiloluk ikinci hakkında sakatlandığından, bu kiloda başarılı olamadı. İzzet İnce son hakkına çıkmayınca silkmede 185 kiloluk derecesiyle beşinciliği elde etti. Milli sporcumuz toplamda 355 kiloluk derecesi ile beşinci sırada yer aldı.

Sedat silkmede gümüş aldı

Erkeklerde ise 56 kilo-
da Sedat Artunç silk-
mede 139 kiloluk kaldı-
rışı ile gümüş madalya-
nın sahibi oldu. Aynı ki-
loda Gökhan Kılıç ise
hem koparma hem de
silkmede dördüncülü-
ğü elde etti. Sedat Ar-
tunç koparmada ise 112
kilo kaldırarak altıncı
olurken toplamda Se-
dat Artunç 251 kilo ile
dördüncü, aynı kilo ile
Gökhan Kılıç beşinciliği
elde ederek ilerisi için
umut verdi.



Samet koparmada Avrupa Üçüncüsü



77 kiloda podyuma çıkan iki
Türk sporcusundan Samet Ke-
leş koparmada yaptığı 158 ki-
loluk derecesiyle Avrupa üçün-
cüsü olurken, silkmedeki 177
kiloluk kaldırışıyla Avrupa do-
kuzuncusu, toplamda da 335
kilo ile Avrupa altıncısı oldu.
Podyumdaki 77 kilodaki diğer
Türk haltercisi Semih Yağcı ko-
parmada kaldırdığı 158 kiloluk
ağırlık ile Avrupa altıncısı, silk-
medeki 177 kiloluk derecesi-
le Avrupa onuncusu, toplamda
ise 334 kiloluk kaldırışı ile Av-
rupa yedincisi oldu.



Ummuhan Uçar bronz madalyada kaldı



Belarus'un başkenti Minsk'de organize edilen Avrupa Halter Şampiyonası'nda + 75 kilo bayanlarda mücadele eden sporcumuz Ummuhan Uçar koparmada 117 kiloluk derecesi ile bronz madalya kazandı. Genç sporcumuz silkmeye ve toplamda ise dördüncü sırada yarışmayı tamamladı. Koparmadaki ilk hakkında 105 kiloyu rahat kaldıran Ummuhan Uçar, ikinci hakkında 112 kiloda başarılı oldu. 117 kiloluk son hakkında da başarılı olan Uçar bronz madalyanın sahibi oldu. Genç sporcumuz silkmeye ise 140, toplamda da 257 kiloluk dereceleri sonrasında Avrupa dördüncülüğünde kaldı.

Erkek takımı Avrupa'nın zirvesinde

Belarus'ta 40 ülkeden 200 haltercinin katıldığı Avrupa Halter Şampiyonası'nda 8 sporcuyla mücadelesi veren Türkiye Erkek Halter Milli Takımı, şampiyonayı 2 altın, 4 gümüş ve 2 bronz madalyayla kapattı. Milli takımımız elde ettiği bu sonuç sonrasında 527

puan ile takım halinde Avrupa Şampiyonluğu'nu elde ederek önemli bir başarıya imza attı. Avrupa'da çok önemli başarılarına imza attıklarını ve Londra Olimpiyatları'nda madalya alabilmek için ellerinden geleni yapacaklarını söyleyen Halter Federasyonu Baş-

kanı Dr. Hasan Akkuş, "Avrupa Şampiyonası'nda sporcularımız iyi bir performans ortaya koydular. Yetenekli bir takımımız var. Genç sporcularımızı takımımıza adapte ediyoruz ve bunda da başarılı oluyoruz. Amacımız Türk sporuna başarılı sonuçlar kazandırmak" diye konuştu.





Sporcularımız,
Gençler ve
23 Yaşaltı Avrupa
Şampiyonasına
hızlı bir giriş yaptı;
ülkemize ilk gün-
de 4 altın, 4 gümüş
ve 1 bronz madalya
armağan etti

Şaziye ve Ayşegül Avrupa Şampiyonu

Gençler 23 Yaşaltı Avrupa Şampiyonası Güney Kıbrıs'ın Limasol şehrinde yapıldı. Halterin her kategorisinde iddialı olan sporcularımız, Gençler ve 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonasında Gençler Kategorisinde yarışan haltercilerimizden Şaziye Okur ve Ayşegül Çoban "Avrupa Şampiyonu" oldular.

İLK ALTIN ŞAZİYE'DEN

Gençler 48 kilo sporcularımızdan Şaziye Okur, koparmada ilk hakkında 70 kilo, ikinci hakkında 73 kilo ve son

hakkında da 74 kilo kaldırarak, 75 kilo yapan Romen sporcunun ardından gümüş madalya kazandı. Silkmekteki ilk hakkında 87, ikinci hakkında 92 ve üçüncü hakkında da 95 kiloyu başarıyla kaldıran Şaziye, silkmekte Romen sporcunun önünde altın madalyaya uzandı. Toplamda 169 kiloya ulaşan Şaziye, 198 kilo toplam ağırlık kaldıran Romen Elena Ramona Andries'i geçerek Avrupa şampiyonu oldu. Bu kilogramda Rus sporcu Kseniya Mamximova 152 kilo ile üçüncü olurken, diğer 48 kilodaki sporcumuz Huriye Bilgiç de 144 kilo ile dördüncülüğü elde etti.

Bir Avrupa altını da Ayşegül'den



Gençler 53 kiloda yarışan Aşegül Çoban, koparmadaki ilk hakkında 75, ikinci hakkında 78 kilo kaldırdı. Üçüncü hakkında 80 kiloda başarısız olan sporcumuz koparmada bronz madalya kazandı. Koparmada birinciliği 83 kilo ile Rus sporcu Anastasiya Gurtaeva elde etti. Silkmeye çok iyi başlayan sporcumuz ilk hakkında 100, ikinci hakkında 105 kiloyu başarıyla kaldırdı. Altın madalyayı garantileyen sporcumuz son hakkında 109 kilo denedi fakat başarısız oldu. Silkmedeki 105 kiloluk kaldırışı ile altın madalyanın sahibi olan sporcumuz toplamda da 183 kiloluk derecesi ile 53 kg Gençlerde Avrupa şampiyonu oldu. Bu kiloda ikinciliği toplamda 177 kilo ile Rus sporcu Anastasiya Gurtaeva elde ederken, toplamdaki 173 kiloluk kaldırışı ile diğer Rus sporcu Kristina Sobol üçüncülüğü elde etti.

Nurdan'dan gümüş geldi

48 kilo23 Yaş Altı Kategorisinde yarışan sporcumuz Nurdan Karagöz ise Koparmada 78 kilo ile ikinci, silkmede de 98 kilo ile ikinci oldu. Toplamda 176 kiloya ulaşan sporcumuz Toplamda da gümüş madalya kazanarak Avrupa ikincisi oldu. Bu kiloda İtalyan sporcu Genny Pagliaro 3 altın madalya kazanarak 1. geldi. Böylece Şampiyonaya hızlı başlayan genç sporcularımız turnuvanın ilk gününde ülkemize 4 altın, 4 gümüş ve 1 bronz madalya kazandılar.





Gençlerimiz Kıbrıs'ta harikalar yarattı

Güney Kıbrıs'ta yapılan Avrupa Şampiyonasının ikinci gününde gençlerimiz iki altın madalya daha kazandı

Gençler 62 kiloda podyuma çıkan sporcumuz Hurşit Atak ve 23 Yaş Altı 62 kiloda yarışan sporcumuz Bünyamin Sezer de Avrupa Şampiyonu titrine sahip oldular.

HURŞİT SİLKME VE TOPLAMDA ALTIN ALDI

Gençler 62 kilo sporcumuz Hurşit Atak, koparmada 125 kilo ile ikinci olurken, silkmeye ikinci hakkında kaldırdığı 161 kilo ile altın madalyanın sahibi oldu. Toplamda 286 kiloya ulaşan milli sporcumuz toplamda da altın madalya alarak Gençler 62 kiloda da Avrupa Şampiyonluğunu elde etti. Bu kiloda ikinciliği 276 kilogramla Rus Felix Khalibekov elde ederken üçüncülüğü koparmada 116, silkmeye 145 ve toplamda da 261 kiloluk dereceleri ile üç bronz madalya kazanan diğer sporcumuz Tuncer Çoban kazandı.

BÜNYAMİN DE AVRUPA ŞAMPİYONU

23 Yaş Altı 62 kiloda yarışan sporcumuz Bünyamin Sezer, koparmada 131 kiloluk kaldırışı ile altın madalya ya uzandı.



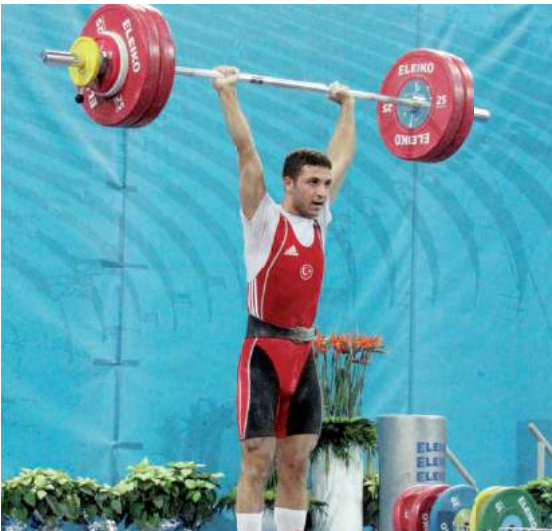


Sporcumuz, silkmeye 147 kiloluk kaldırmasına karşın, kilo farkı dez avantajı ile gümüş madalyada kaldı. Toplamda ise 278 kiloya ulaşan Bünyamin Sezer ikinci altın madalyasını kazanırken, 23 yaş altı 62 kiloda Avrupa Şampiyonluğunu elde etmiş oldu.

23 yaş altı 62 kiloda yarışan diğer sporcumuz Uğur Kaçmaz ise koparmada kaldırdığı 124 kilo ile bronz madalya alırken toplamda kaldırdığı 262 kilo ile de dördüncü oldu.

ALTIN KERVANINA GÖKHAN DA KATILDI

23 Yaş Altı 56 kilo da yarışan sporcumuz Gökhan Kılıç, koparmada kaldırdığı 110 kilo ile altın madalyanın sahibi oldu. Silkmeye ikinci hakkında 127 kiloda başarılı olan sporcumuz üçüncü hakkında 135 kilo'ya girdi. 135 kilo da başarılı olamayan Gökhan Kılıç, silkmeye beşincilikte kalırken toplamda 237 kilo ile dördüncülüğü elde etti. Bu kiloda yarışan diğer sporcumuz Mustafa Aşık ise 202 kiloluk toplam kaldırışı ile 6. oldu.

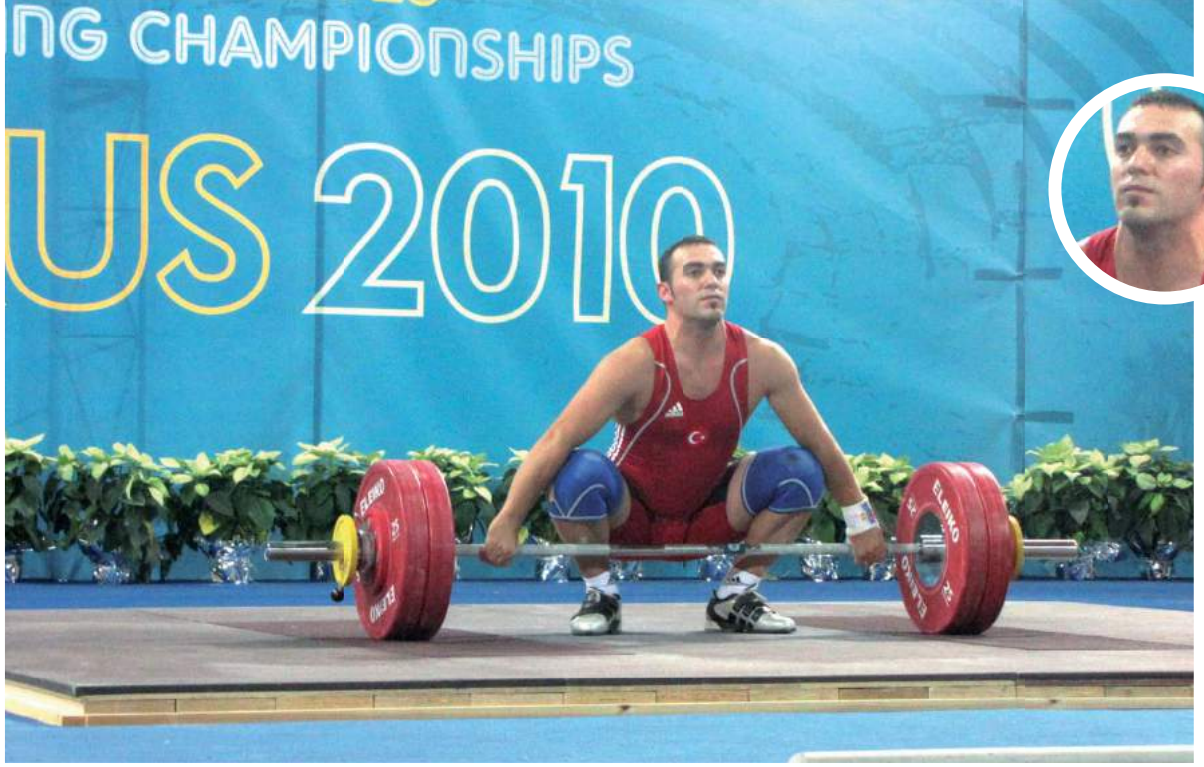


İSMET ALGÜL'DEN BİR GÜMÜŞ...

Gençler 56 kiloda yarışan sporcumuz İsmet Algül, koparmada kaldırdığı 111 kilo ile gümüş madalyanın sahibi oldu. İsmet Algül, toplamda kaldırdığı 239 kilo ile de dördüncülükte kaldı. Bu kiloda yarışan diğer sporcumuz Berat Biçer ise 235 kilo toplam kaldırdığı ile 5. sırada yer aldı.

RABİA ZENGİN ÜÇ BRONZ MADALYA KAZANDI

Gençler 58 kilo da ülkemizi temsil eden sporcumuz Rabia Zengin Koparmada kaldırdığı 85 kilo, silkmede kaldırdığı 104 kilo ve toplamda ulaştığı 189 kilo ile ülkemize 3 bronz madalya kazandı. Bu sikişte ilk sırayı 195 kilo ile Belarus'lu sporcu Natalia Kolas elde etti. İkinci gün müsabakaları sonunda sporcularımız, 5 altın, 3 gümüş ve 7 bronz madalya kazanmış oldular.





Gururumuzsunuz

Bayanlarımızdan iki kupa

Gençler ve 23 Yaş Altı Avrupa şampiyonasında Genç Bayan Milli Takımımız Avrupa ikincisi olurken, 23 Yaş Altı Bayan Milli Takımımız da Avrupa üçüncülüğü elde etti.

Güney Kıbrıs' taki Gençler ve 23 Yaş altı Avrupa Şampiyonasında bayanlar müsabakaları sonunda Genç Bayan Milli takımımız takım olarak Avrupa ikincisi olurken, 23 Yaş Altı Bayan Milli takımımız da Avrupa Üçüncülüğünü elde etti. Müsabakalar sonunda 4 altın, 1 gümüş ve 7 bronz madalya alan Genç Bayan Milli takımımız Avrupa'da ikincilik kürsüsüne çıktı. 3 gümüş madalya alan 23 Yaş Altı Bayan Milli takımımız da Avrupa Üçüncüsü olarak gelecek için büyük umutlar verdi.



ERKEKLERİMİZDEN ÇİFTE SEVİNÇ... ÇİFTE KUPA...

Güney Kıbrıs'ta yapılan Gençler ve 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonasında Genç Erkeklerimiz Avrupa ikinciliğini elde etti. 23 Yaş Altı Erkek Milli Takımımızda Avrupa üçüncüsü oldu

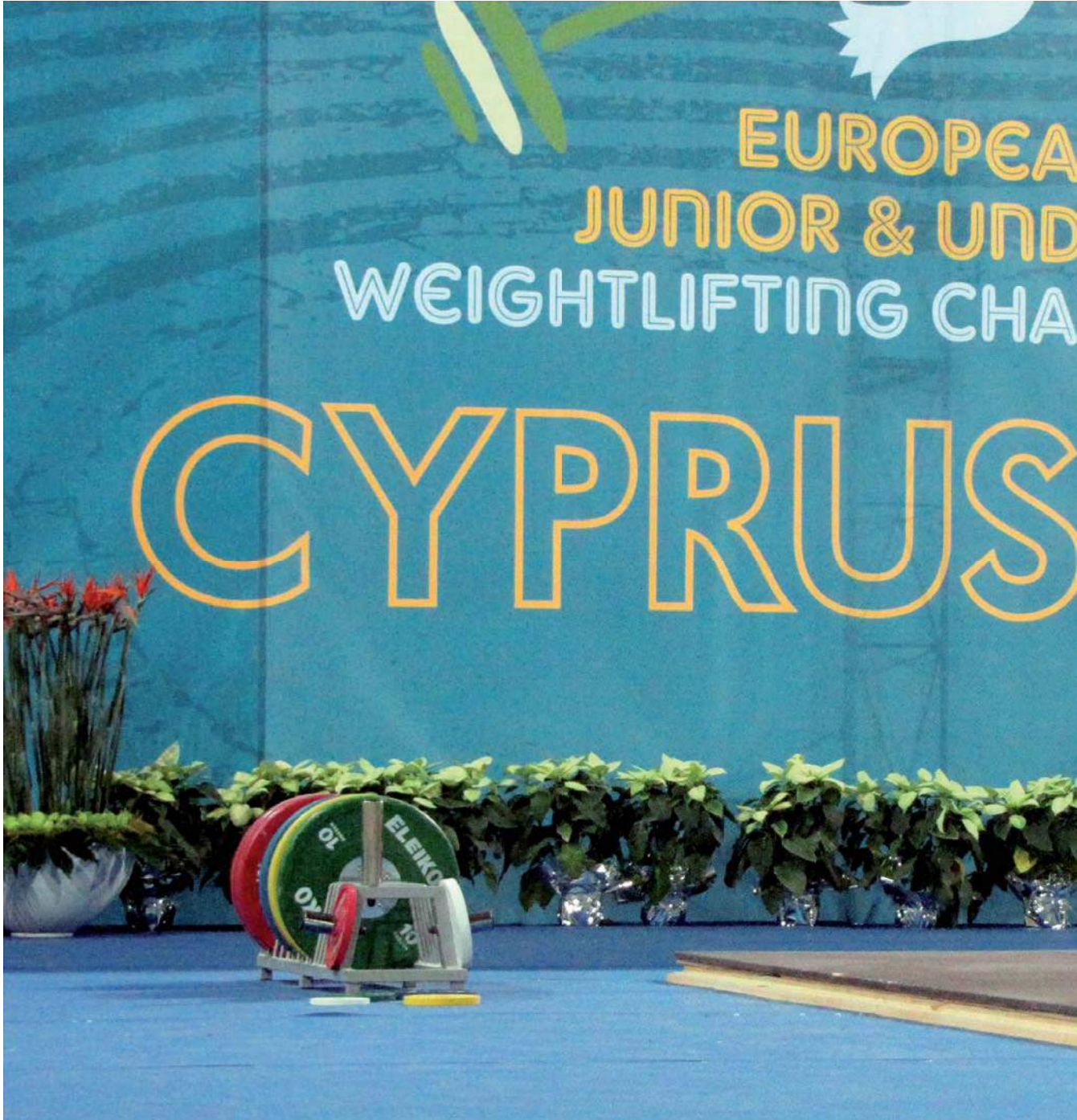
Gençler ve 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonası sona erdiğinde Milli Takımımız iki kupa alarak sevinç yaşattı. Turnuvarın son müsabakasında 23 yaş altı erkekler 105 kilo müsabakalarında yarışan sporcumuz İbrahim İbişoğlu toplamda kaldırdığı 355 kilo ile 5. oldu.

GENÇ ERKEKLERİMİZ AVRUPA İKİNCİSİ...

Bu sonuçla Gençler Avrupa şampiyonasında 2 altın 2 gümüş ve 3 bronz madalya alan Genç Milli Takım Avrupa ikinciliği kupasını kaldırdı.

23 yaş altı Avrupa Şampiyonasında 3 altın, 2 gümüş ve 3 bronz madalya kazanan 23 Yaş Altı Milli Takım Avrupa Üçüncülüğünü kazandı.

Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Dr. Hasan Akkuş, takımlarımızın kazandığı kupaların haklı gururunu yaşadı.



EUROPEAN UNDER 23 CHAMPIONSHIPS 2010





Neslihan Okumuş bronzda kaldı

Şampiyonanın dördüncü gününde Neslihan Okumuş'tan da bir bronz madalya geldi...

Güney Kıbrıs'ta yapılan Gençler ve 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonasının dördüncü gününde genç bayanlar kategorisi 69 kiloda yarışan sporcumuz

Neslihan Okumuş, silkmede bronz madalya kazandı. Koparmada 87 kilo ile dördüncü olan Neslihan Okumuş, silkmede ilk hakkında 108 kiloda başarılı oldu. İkinci hakkında ise 111 kiloyu denedi fakat kaldıramadı. Üçüncü hakkında 113 kilo yapan Neslihan

Okumuş, silkmede bronz madalyanın sahibi oldu. Toplamda 200 kiloya ulaşan sporcumuz toplamda dördüncü sırada kaldı. 23 Yaş Altı bayanlar 69 kilo B grubunda yarışan sporcumuz Yeliz Şencan, toplamda kaldırdığı 194 kg ile 7. oldu.



Sibel Altındaş 2 bronz madalya aldı

Bayanlar müsabakalarının son gününde +75 kilo sporcumuz Sibel Altındaş 2 bronz madalya aldı

Gençler ve 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonasında bayanlar müsabakaları +75 kilo müsabakaları ile tamamlandı. Gençler +75 kiloda yarışan sporcumuz Sibel Altındaş, koparma ve toplamda 2 bronz madalya kazanarak Avrupa Üçüncülüğüne uzandı. Koparmada ilk hakkında 94, ikinci hakkında 98 ve üçüncü hakkında 100 kilo kaldıran Sibel Altındaş koparmada bronz madalyayı boynuna taktı. Silkmede üçüncü hakkında 121 kilo-

yu atan kaldıran Sibel, kilo farkı ile bronz madalyayı kaçırarak dördüncü geldi. Toplamda ise 221 kiloya ulaşan Sibel Altındaş, toplamda da bronz madalyaya ulaşarak Avrupa Üçüncüsü oldu. Bu kiloda birinciliği 243 kilo ile Rus sporcu Yuliya Kachaeva elde etti. 23 yaş altı +75 kg bayanlarda yarışan sporcumuz Ayşe Seven ise koparmada 80 kg, silkmede 100 kg ve toplamda 180 kiloluk kaldırışları ile dördüncü sırada yer aldı.



Semih Yağcı iki bronz madalya ile döndü

Gençler ve 23 Yaş Altı Avrupa şampiyonasının üçüncü günde yarışan 77 kilo sporcumuz Semih Yağcı'dan iki bronz madalya geldi. 77 kiloda umut vaadededen sporcumuz Semih Yağcı, koparmada üçüncü hakkında kaldırdığı 144 kilo ile

bronz madalya kazanırken, silkmede ikinci hakkında kaldırdığı 181 kiloya rağmen, kilo farkı ile üçüncülüğü kaçırp beşincilikte kaldı. Toplamda ise 325 kiloya ulaşan sporcumuz bronz madalya kazanarak Avrupa Üçüncüsü oldu.

ELİF GÜNEŞ DÖRDÜNCÜ OLDU

23 yaş altı bayanlar 63 kiloda yarışan sporcumuz Elif Güneş toplamda kaldırdığı 175 kilo ile dördüncü geldi.



Ağırlık kaldırmak sağlıklı mı?

Diğer canlıların aksine insan yaşam şeklini yüzyıllar boyunca değiştirerek geliştirmiş ve bu duruma uyum sağlayabilmiştir. İlk çağlarda herşeyi bedensel güçle yapan insan gelişen teknoloji sayesinde bir çok yükten kurtulmuştur. Ancak bu yükten kurtuluş ona yeni tanıştığı sorunlar hediye etmiştir. Kemik erimesi bu sorunların en yaygınıdır.

Batıda uzun yıllar kemik erimesinin önüne geçmek için araştırmalar yapılmış ve milyarlarca dolar harcanmıştır. Sonuçta varılan noktada bir miktar "yük" taşımamanın en faydalı tedavi olduğu gerçektir. Evet dostlar, ağırlık kaldırmamanın kemik sağlığına birçok faydasının olduğu defalarca kanıtlanmıştır. Ağırlık çalışmak sadece kas gücünü artırmakla kalmayıp, kemik ve eklemleri de güçlendirmektedir. Kemikler yapım ve yıkım işlemlerinin aynı anda ve durmaksızın devam ettiği, aktif olarak yaşayan dokulardır. Düzenli olarak kuvvet uygulandığı zaman, kemik yapım işlemi fizyolojik olarak artırılmakta ve bunun sonucunda kemiğin sağlamlığı artmaktadır. Biz doktorlar kemiklerin çabuk kaynaması için üzerine yük verilmesini öneririz.



Kemik yapımını artıran sporlardan birkaçı.

Coktan aza doğru: ağırlık kaldırma, jimnastik, koşu, bisiklet, yüzme

İnsan kemik yapısı 25 yaşına kadar gelişmeye uygundur. Yani kemik doku kalitesi 25 yaşına kadar artırılabilir. Bu yaştan sonra tüm gayretler bu stoku kaybetmemek için yapılabilir. Bu nedenle ağırlık kaldırma sporu ile uğraşanlarda kemik doku çok kaliteli gelişir. Bilim adamları hangi sporun kemik kaliteyi nasıl artırdığını ortaya koymak için bir çok araştırma yapmışlardır. Kemik kalitesini artırmada ağırlık kaldırma en iyi spordur. Ağırlık kaldırma, jimnastik ve koşu, kemik yapımını uyaran sporlardan bazılarıdır. Ancak değişik sporların kemik sağlığına etkileri farklılık gösterir. Örneğin kemiklere uygulanan mekanik kuvvetin daha az olduğu yüzme gibi sporlar kemik yapımında fazla etkiye sahip değildir.

Egzersiz kemikler üzerindeki faydalı etkisinin, vücuttaki diğer değişimlerle uyumlu olarak gerçekleştiği gösterilmiştir. Dolaşım, solunum ve hormonal sistemlerdeki yararlı değişimler, kemik yapımını daha da artırmaktadır.

Ancak her şeyde olduğu gibi, aşırı egzersiz ve ağırlık kaldırma da vücut için yıkıcı olmaktadır. Günde 5 saatten fazla spor yapan yaşlı bireylerin kemik yapılarının olumsuz etkilendiğini gösteren çalışmalar vardır. Futbolcularda yapılan bir çalışmada ise günde 6 saate kadar idmanın, uyluk kemiğinin mineral oranını artırdığı bulunmuştur; ancak 6 saatten fazla egzersiz yapan futbolcularda daha fazla artış gözlenmemiştir.

Sevgili spor dostları. Bu yazıda size vermek istediğimiz mesaj şudur: Ağırlık kaldırmak kemiklerinize olumlu katkı yapar. Ancak hangi yaşta ne kadar yükün altına gireceğinizi bilmeniz gerekir.

Sloganımızı az değiştirerek söylersek: Ağırlı kaldıralım, kemiklerimiz ağır olsun.

Sevgiyle kalın



Doç.Dr. İbrahim YANMIŞ

Güral Porselen gençlere sponsor

Güral Porselen'in sponsorluk yaptığı Güral Porselen Gençler Ferdi Türkiye Halter Şampiyonası 3-6 Kasım 2010 tarihlerinde Kütahya'da Dumlupınar Spor Salonunda yapıldı.

25 ilden 174 erkek ve 64 bayan sporcunun katıldığı Güral Porselen Gençler Ferdi Türkiye Halter Şampiyonasında 50 hakemimiz görev yaptı.

Mسابakaların teknik toplantısı 3 Kasım 2010 tarihinde saat 16.00'da Kütahya Öğretmen evinde yapıldı.

Mسابakalar öncesi Kütahya'ya gelen Federasyon Başkanımız Dr. Hasan Akkuş, 4 Kasım 2010 Perşembe günü ilk olarak Kütahya Valisi Şükrü Kocatepe'yi makamında ziyaret etti. Kütahya Valisi Şükrü Kocatepe'yi ziyaret etmesinde, Halter Federasyonu Genel Sekreterimiz Zeki Öztürk, Organizasyonlar Koordinatörümüz Mehmet Zeki Erkan ve Kütahya Gençlik ve Spor İl müdürümüz Sadık Ölçer' de hazır bulundular. Federasyon Başkanımız Dr. Hasan Akkuş yaptığı konuşmada, Kütahya'nın bir halter şehri olduğunu, oldukça başarılı halterciler yetiştirdiğini ve milli takımlara da birçok sporcular kazandırdığını belirterek bu konuda Kütahya halterine verdikleri desteklerden dolayı Vali Şükrü Kocatepe'ye teşekkür etti.

Daha sonra Gül Palas Otelde, Güral Porselen Temsilcisi Gürkan Gür, Gençlik ve Spor İl müdürü Sadık Ölçen, Genel Sekreterimiz Zeki Öztürk ve Organizasyonlar Koordinatörümüz Mehmet Zeki Erkan ile birlikte bir basın toplantısı düzenleyen Federasyon Başkanımız Dr. Ha-

san Akkuş, Kütahya'da halterin son dönemlerde oldukça başarılı olduğunu belirterek Kütahya'da halter sporunun başarısında emeği geçen herkese ve bu müsabakaya verdikleri destekten dolayı Güral Porselen ailesine teşekkürlerini iletti.

4 Kasım 2010 tarihinde başlayan Güral Porselen Gençler Türkiye Halter Şampiyonasının açılış seramonisi aynı gün saat 14.00' te yapıldı. Açılış seramonisine Kütahya Vali Yardımcısı Cengiz Horozoğlu, Federasyon Başkanımız Dr. Hasan Akkuş, Asbaşkanımız Ümit Durak, Yönetim Kurulu Üyemiz Suzi İrfanoğlu, Güral Porselen Temsilcisi Gürkan Gür, Gençlik ve Spor İl Müdürü Sadık Ölçen, Kütahya Besyo Müdürü Prof.Dr. Aslan Kalkavan ve Genel Sekreterimiz Zeki Öztürk katıldılar.

3 gün boyunca süren ve oldukça çekişmeli geçen Güral Porselen Gençler Türkiye Halter Şampiyonasında kollarında derece giren sporculara Güral Porselen tarafından çeşitli hediyeler verildi. Şampiyon olan sporcularımıza ise Güral Porselen yemek takımı hediye edildi. Ayrıca şampiyonaya katılan hakem ve antrenörlerimiz ile tüm görev yapanlara Güral porselen tarafından birer Halter Federasyonu logolu kupa bardak hediye edildi. Ayrıca müsabakalar sonunda Güral Porselen müsaba-

kanın en iyi bayan ve en iyi erkek sporcusu seçildi. Müsabanın en iyi bayan haltercisi Fatma Korkmaz seçilirken, en iyi erkek sporcusu ise Gökhan Özenoğlu seçildi. Güral Porselen müsabanın en iyi bayan ve erkek sporcularına da Güral Porselen tarafından el işlemesi kupa hediye edildi.



Yıldızlar rüzgarı Van'da esti

Türkiye Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu 30.yılı Yıldızlar Ferdi Türkiye Halter Şampiyonası 19-21 Mart 2010 tarihlerinde Van ilinde yapıldı.

Türkiye genelinden 25 ilden 64 bayan, 176 erkek toplam 240 sporcunun iştirak ettiği Türkiye Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu 30.yılı Yıldızlar Ferdi Türkiye Halter Şampiyonası Van ilindeki olumsuz hava şartlarından dolayı Ankara ve İstanbul uçaklarının kalkamaması nedeni ile gecikmeli olarak başladı.

Müsabakanın teknik toplantısı 19 Mart 2010 Cuma günü saat 14.00'te Halk Eğitim toplantı salonunda yapıldı. Toplantının arkasından saat 15.00'te açılış seremonisi ile müsabakalara başlandı. Açılış seremonisine Van valimiz sayın Münir Karaloğlu, vali yardımcımız sayın Halil Berk, Gençlik ve spor il müdürümüz sayın Ahmet Sancar, As başkanımız sayın Ümit Durak, Yönetim kurulu üyemiz sayın Suzi İrfanoğlu, Genel Sekreterimiz Zeki Öztürk, Van ASKF Başkanımız Cengiz Polater ve çok sayıda protokol üyesi katıldı. Müsabakanın açılış seremonisinde Van Valimiz sayın Münir Karaloğlu, Gençlik ve Spor İl müdürümüz sayın Ahmet Sancar ve asbaşkanımız sayın Ümit Durak birer konuşma yaptılar.

Van yöresine ait oyunları ile Van Halk eğitim merkezi Halk Oyunları ekibi açılış seremonisine büyük renk kattılar. Daha sonra As başkanımız sayın Ümit Durak, günün anısına açılış seremonisine katılan Van Valimize, Vali Yardımcımıza, İl Emniyet Müdürümüze, Gençlik ve Spor İl Müdürümüze, Devlet Hastanesi Başhekimimize ve Van Halter İl Temsilcisine birer plaket takdim ettiler.

Müsabakalar sonunda dereceye giren sporculara madalyaları verilirken, kilolarında 1. olan sporculara da Van ASKF tarafından yarım cumhuriyet altını verildi. Müsabakaların ikinci gününde Sabah Sütçü Kenan Kahvaltı salonu tarafından tüm hakem ve federasyon görevlilerine kahvaltı verilirken, akşam da Serhat Eğitim Kurumları tarafından tüm hakem, antrenör, idareci ve sporcularımıza bir akşam yemeği verildi.

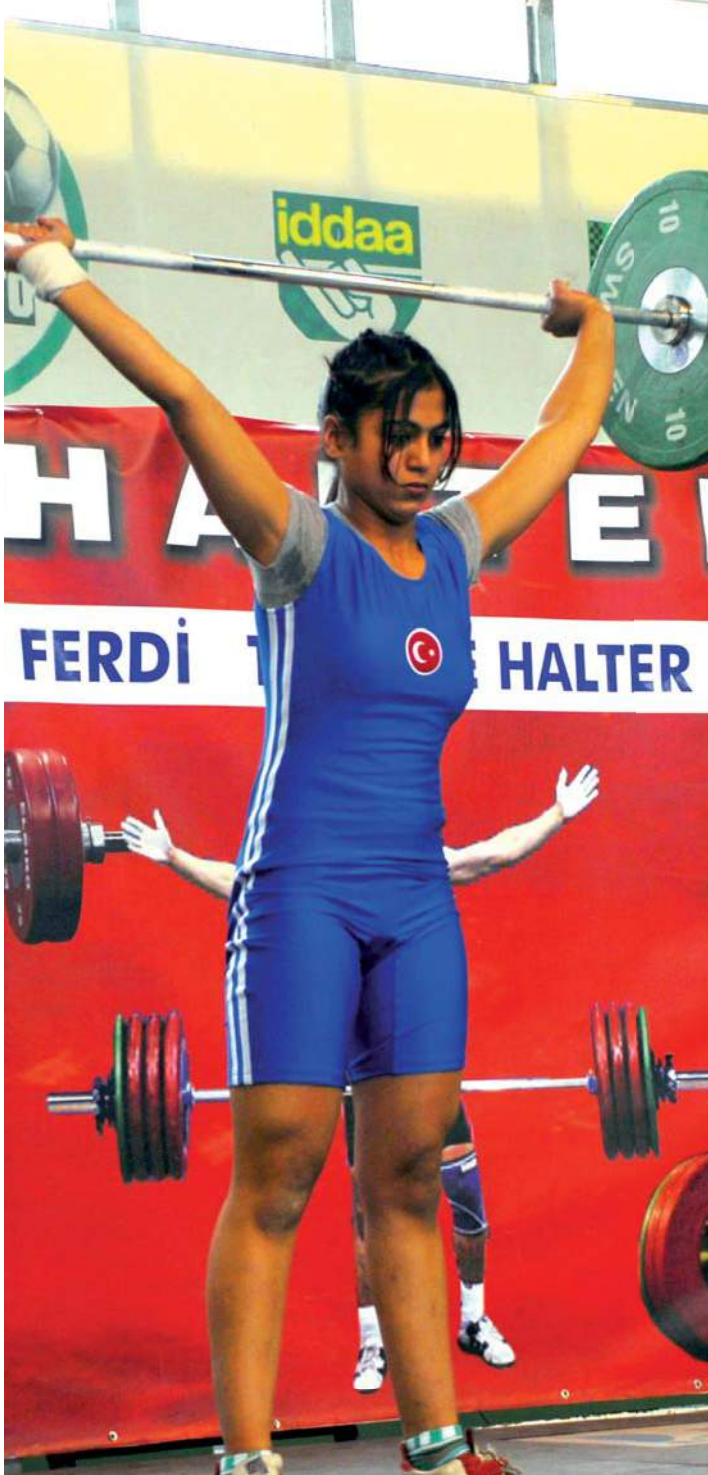


Sivas'ta yıldız erkekler mücadele etti

Sivas'ta yapılan Yıldızlar Kulüpleri Türkiye Şampiyonasında erkekler kategorisinde takım şampiyonluğunu 186 puanla Ankara Büyükşehir Belediyesi Ankaraspor elde ederken, ikinciliği 173 puanla Ankara ASKİ spor ve üçüncülüğü 135 puanla Kırıkkale Polis Gücü spor elde etti. Amasya Merzifon Belediye Spor 131 puan-

la 4. sırada yer alırken, Ankara Zeb-rano Spor 125 puan ile 5. ve Adana Gençlik Spor Kulübü de 99 puanla 6. olarak kupalarını aldılar. Erkekler kategorisinde dereceye giren takımlarımızın kupalarını As Başkanımız Ümit Durak, Yönetim Kurulu Üyemiz Suzi İrfanoğlu, Sivas Gençlik Spor İl Müdürümüz Salim Kılıç, Genel Sek-

reterimiz Zeki Öztürk, MHK Başkanımız Suat Gücüyener ve Sivas Gençlik Spor İl Müdürlüğü Spor Şube Müdürümüz Ayhan Bayhan verdiler. Erkekler +94 kg da yarışan Ankara ASKİ spor kulübü sporcusu Melih Akın, silkmeye 150 kg lık kaldırı-şı ile Türkiye rekoru kırarak şampiyon oldu.



1. Kademe halter kursu yapıldı

Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü ve Federasyonumuz tarafından işbirliği ile düzenlenen 1. Kademe Halter Antrenör Kursu tamamlandı.

01-12 Kasım 2010 tarihlerinde Ankara'da gerçekleştirilen 1. Kademe Antrenör Kursuna katılan antrenör adayları kurs boyunca teorik ve uygulamalı olarak halter ve spor ile ilgili konularda eğitim aldılar. Kurs sonunda başarılı olan Antrenör adaylarımız 1. Kademe Yardımcı Antrenör Sertifikası alarak çalışmalarının başlayacaklar.

Halter federasyonu olarak kurs sonunda başarılı olan antrenör adaylarımızı kutluyor, Türk sporuna ve Türk Halterine başarılı çalışmalarda bulunmalarını diliyoruz.

1. Kademe Halter Antrenör Kursuna katılanlar:

1. GÜL MERT
2. RAMADAN MUTLU
3. İLKER GÜL
4. KAZIM SERHAT ÖZKAN
5. ERAY GÜVEN BÜLBÜL
6. YUNUS EMRE BOLTÜRK
7. SAİT AKSU
8. İSMİHAN ERDEMİR
9. ABDÜSSAMET TÜRKİYILMAZ
10. ŞAKİR KARDAŞ
11. EMRE SEVİM
12. GÜLDEN NOKTA
13. BÜŞRA FIRAT
14. GÜLDEN KAYA
15. FATİH HOTAMAN
16. FATMA EBRU PEKMEZCİ



Halter Şampiyonası Antalya'da başlıyor

Dünya Halter Şampiyonası bugün Antalya'da start alıyor. 13-27 Eylül tarihleri arasında düzenlenecek şampiyonada Olimpiyat Şampiyonu sporcumuz Nurcan Taylan ve Olimpiyat İkincisi diğer sporcumuz Sibel Özkan, Türk Bayrağı'nı yeniden göndere çekmek için ter dökcekler.



Halterde çıta yükseliyor

Başbakanın talimatı üzerine, Halter Şampiyonası'nın Antalya'da düzenlenmesi için gerekli tedbirler alınmıştır. Şampiyonanın düzenlenmesi için gerekli tedbirler alınmıştır. Şampiyonanın düzenlenmesi için gerekli tedbirler alınmıştır.

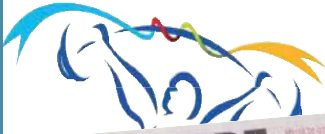
Halter Şampiyonası Antalya'da başlıyor

Dünya Halter Şampiyonası bugün Antalya'da start alıyor. 13-27 Eylül tarihleri arasında düzenlenecek şampiyonada Olimpiyat Şampiyonu sporcumuz Nurcan Taylan ve Olimpiyat İkincisi diğer sporcumuz Sibel Özkan, Türk Bayrağı'nı yeniden göndere çekmek için ter dökcekler.



Halterciler Antalya'da

■ Dünya Halter Şampiyonası, 17-26 Eylül tarihleri arasında Antalya'da düzenlenecek. Katılımcı ülkeler Antalya'ya gelirken, antrenör, medikal ve teknik ekip komiteleri toplantılara başladı. Şampiyonanın açılış seremonisi 16 Eylül'de Antalya EXPO Center'da yapılacak. Yarışmalar ise 17-26 Eylül tarihleri arasında yapılacak. Londra Olimpiyatları için kota müsabakalarının ilki olan 2010 Dünya Halter Şampiyonası'nın 86 ülke katılıyor.



HALTERDE AVRUPA'NIN ZİRVESİNE ÇIKTIK

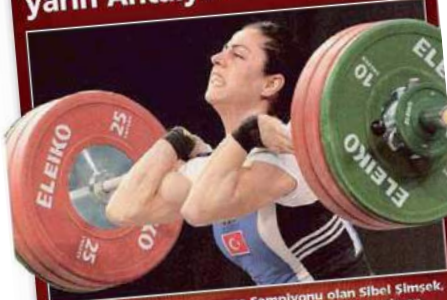


Halter Milli Takımı, Minsk'teki turnuvada hem bayanlarda hem de erkeklerde şampiyonluk hedefliyor. FOTOĞRAF: ZAMAN, BÜLENT KARADAŞ

Haltercilerimiz, Minsk'te Avrupa'yı havaya kaldıracak

Belarus'un başkenti Minsk'te 3-11 Nisan tarihleri arasında yapılacak Avrupa Halter Şampiyonası'na katılacak Milli Takım bugün Belarus'a gidiyor. Bayan Halter Milli Takımı bugün zırlık kampını Çorum'da yaparken, erkekler Avrupa Şampiyonası'na Konya'da hazırlandı. Şampiyona öncesinde morallerinin son derece yerinde olduğunu belirten Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş, Avrupa Şampiyonası'nda iyi dereceler elde edeceklerini belirtti. Milli Takım kadrosunda şu sporcular yer alıyor: Erkek Milli Takımı: 56 kilo Gökhan Kılıç ve Sedat Artuç, 62 kilo Erol Bilgin ve Bünyamin Sezer, 69 kilo Mete Binay, 77 kilo Semih Yağcı, 77 kilo Samet Keleş, 85 kilo İzzet İnce. Bayan Milli Takımı: 48 kilo Nurcan Taylan ve Şaziye Okur, 53 kilo Emine Bilgin ve Aylin Daşdelen, 63 kilo Sibel Şimşek, + 75 kilo Sibel Altındaş ve Ümmühan Uçar. **BÜLENT KARADAŞ ANKARA**

Dünya Halter Şampiyonası yarın Antalya'da başlayacak



2009 yılında 63 kiloda Avrupa Şampiyonu olan Sibel Şimşek, 53 kilo sporcusu Aylin Daşçı ile birlikte kadınlarda en büyük madalya umutlarımız arasında bulunuyor.

SALONDAN PODYUMA

Basketbolun ardından şimdi de halterde Dünya Şampiyonası heyecanı yaşanacak. Halter Federasyonu Başkanı Akkuş, "12 Dev Adam'a verilen desteği halterciler için de istiyoruz" dedi

On yıllardır spora büyük yatırım yapan Türkiye, büyük organizasyonlara imza etmeye devam ediyor... Basketbolda yaşanan Dünya Şampiyonası keyfi bu kez de halterle sürecek. 26 Eylül'e kadar devam edecek olan Dünya Halter Şampiyonası yarın Antalya'da başlayacak.

REKOR KATILIM

Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş, Türkiye'nin ev sahipliğinde gerçekleştirilen şampiyonanın tüm hazırlıklarının tamamlandığını belirtti. Şampiyonanın yarın düzenlenecek seremoniyle start alacağını ifade eden Akkuş, "Müşabakalar da 17-26 Eylül tarihleri arasında yapılacaktır. Katılım rekor seviyede. 66 ülkeden 1200'ü aşkın sporcu katılıyor."

AYNI İLGİ ŞART

Akkuş, Dünya Basketbol Şampiyonasında milli basketbolcuların yakaladığı başarıya da değinerek kendileri ile garur dolu olduklarını kaydetti. Ancak 12 Dev Adam'a gösterilen ilgiye de destekli oldukları için de istiyor Akkuş, "Seyirci desteğinin basketbolcular üzerindeki etkisi çok büyük. Antalya halkını Antalya EXPO Center'da yapılacak yarışları izlemeye davet ediyorum. Onların verdiği destekle Türk sporcularını çok daha büyük başarılarla imza atacağına inanıyorum" ifadelerinde bulundu.

KÜSLÜK BİTTİ REKOR GELDİ



AVRUPA Şampiyonası'ndaki rekortmen haltercilerimiz BUGÜN'e konuştular. Aylin Daşdelen, eski antrenörünü tacizle suçladığı Nurcan Taylan'la barışıklarını söyledi. Türkiye'ye altın gururu yaşatan Aylin ve Nurcan, başarılarındaki sırları tek tek anlattı. Nurcan "Zorlasam dünya rekorunu da kırdım ama Antalya'ya bıraktım" dedi.

Ahmet KONANCI'nın röportajı 17'DE



Mete Binay'dan iki madalya birden

1 gümüş 1 bronz

16

Mete Binay, 16 yıl önce Avrupa Şampiyonası'nda 69 kiloda podyuma çıkan Mete Binay, koparmada kaldırdığı 149 kiloyla gümüş madalya kazanırken, toplamda ise 314 kiloluk derecesi ile bronz madalyanın sahibi oldu. Beklenen devam eden Avrupa Halter Şampiyonası'nın 3. gününde, erkekler 69 kiloda podyuma çıkan Mete Binay, koparmadaki ilk hakkunda 145 kiloyu kaldırmadı. İkinci hakkunda 149 kiloyu kaldırarak gümüş madalya kazandı. Koparmadaki son hakkunda 151 kiloyu deneyen milli ise Binay, son hakkunda 165 kiloyu kaldırarak toplamda 314 kilo ile bronz madalyanın sahibi oldu. Toplamda birinciliği Rumun Ninel Miculescu, 333 kilo ile elde ederken ikinciliği ise Rus Mikhail Gobbey, 319 kiloluk derecesi ile kazandı. Avrupa Şampiyonası'nda bugün 63 kilo bayanlarda Sibel Şimşek ile erkeklerde 77 kiloda Semih Yağı ve Samet Keleş madalya için mücadele edecek.

39 dereceden şimşek gibi şampiyonluğa

Avrupa Halter Şampiyonası'nda ülkemize 2 altın 1 gümüş kazandıran Sibel Şimşek, ağır grip geçirdiğini nedeniyle 39 derece ateşle podyuma çıktığını belirterek, "Dünya rekoru Antalya'ya kaldı" dedi

Beyaz Rusya'nın başkenti Minsk'te yapılan Avrupa Halter Şampiyonası'nda 2 altın ve gümüş madalya kazanarak 3. kez Avrupa şampiyonası olan Sibel Şimşek, şampiyonanın başından bu yana ağır grip ve 39 derece ateşle mücadele etti. 3 Nisan'dan bu yana derece atında bekleme süresi belirlenmiş Sibel Şimşek, otuz altı saat boyunca büyük destekleri ile mükemmel bir şekilde Avrupa Şampiyonası'nda mücadele etti. Sibel Şimşek, 142 kiloluk Avrupa rekorunu kırarak 145 kiloyu kaldırmıştı. Koparmada ise 149 kiloyu kaldırarak toplamda 314 kilo ile bronz madalyanın sahibi oldu. Sibel Şimşek, 145 kiloyu kaldırmıştı. Koparmada ise 149 kiloyu kaldırarak gümüş madalya kazandı. Koparmadaki son hakkunda 151 kiloyu deneyen milli ise Binay, son hakkunda 165 kiloyu kaldırarak toplamda 314 kilo ile bronz madalyanın sahibi oldu. Toplamda birinciliği Rumun Ninel Miculescu, 333 kilo ile elde ederken ikinciliği ise Rus Mikhail Gobbey, 319 kiloluk derecesi ile kazandı. Avrupa Şampiyonası'nda bugün 63 kilo bayanlarda Sibel Şimşek ile erkeklerde 77 kiloda Semih Yağı ve Samet Keleş madalya için mücadele edecek.



İzzet'ten gümüş madalya

Balkan'ın başkenti Minsk'te yapılan Avrupa Halter Şampiyonası'nda 2 altın ve gümüş madalya kazanarak 3. kez Avrupa şampiyonası olan Sibel Şimşek, şampiyonanın başından bu yana ağır grip ve 39 derece ateşle mücadele etti. 3 Nisan'dan bu yana derece atında bekleme süresi belirlenmiş Sibel Şimşek, otuz altı saat boyunca büyük destekleri ile mükemmel bir şekilde Avrupa Şampiyonası'nda mücadele etti. Sibel Şimşek, 142 kiloluk Avrupa rekorunu kırarak 145 kiloyu kaldırmıştı. Koparmada ise 149 kiloyu kaldırarak toplamda 314 kilo ile bronz madalyanın sahibi oldu. Sibel Şimşek, 145 kiloyu kaldırmıştı. Koparmada ise 149 kiloyu kaldırarak gümüş madalya kazandı. Koparmadaki son hakkunda 151 kiloyu deneyen milli ise Binay, son hakkunda 165 kiloyu kaldırarak toplamda 314 kilo ile bronz madalyanın sahibi oldu. Toplamda birinciliği Rumun Ninel Miculescu, 333 kilo ile elde ederken ikinciliği ise Rus Mikhail Gobbey, 319 kiloluk derecesi ile kazandı. Avrupa Şampiyonası'nda bugün 63 kilo bayanlarda Sibel Şimşek ile erkeklerde 77 kiloda Semih Yağı ve Samet Keleş madalya için mücadele edecek.

Adının fendi erkeği yendi

Avrupa Halter Şampiyonası'nda takım olarak 3. olan bayanlarımız, Naim Süleymanoğlu ve Halil Mutlu'ya tanındığımız halterde erkekler taşı çıkarttı

Avrupa Halter Şampiyonası'nda takım olarak 3. olan bayanlarımız, Naim Süleymanoğlu ve Halil Mutlu'ya tanındığımız halterde erkekler taşı çıkarttı. Sibel Şimşek de şampiyonanın başından bu yana ağır grip ve 39 derece ateşle mücadele etti. 3 Nisan'dan bu yana derece atında bekleme süresi belirlenmiş Sibel Şimşek, otuz altı saat boyunca büyük destekleri ile mükemmel bir şekilde Avrupa Şampiyonası'nda mücadele etti. Sibel Şimşek, 142 kiloluk Avrupa rekorunu kırarak 145 kiloyu kaldırmıştı. Koparmada ise 149 kiloyu kaldırarak toplamda 314 kilo ile bronz madalyanın sahibi oldu. Sibel Şimşek, 145 kiloyu kaldırmıştı. Koparmada ise 149 kiloyu kaldırarak gümüş madalya kazandı. Koparmadaki son hakkunda 151 kiloyu deneyen milli ise Binay, son hakkunda 165 kiloyu kaldırarak toplamda 314 kilo ile bronz madalyanın sahibi oldu. Toplamda birinciliği Rumun Ninel Miculescu, 333 kilo ile elde ederken ikinciliği ise Rus Mikhail Gobbey, 319 kiloluk derecesi ile kazandı. Avrupa Şampiyonası'nda bugün 63 kilo bayanlarda Sibel Şimşek ile erkeklerde 77 kiloda Semih Yağı ve Samet Keleş madalya için mücadele edecek.

Maradona'dan yardım eli

ARIJANTIN'in efsanevi oyuncularından Diego Maradona, geçen yıl Arjantin'de bir soygun girişimi sırasında başından vurulan eski futbolcu Fernando Caceres'in tedavisi için gösteri maçı düzenliyor. Maradona, 16 Ekim'deki maçın gelirini Caceres'in Küba'daki bir klinikte tedavi görmesi için kullanılacağı kaydedildi.

Plajda rakip tanımadı

AVRUPA Kıtası Plaj Voleybolu Kupası'nda erkeklerde Türkiye birinci oldu. Antalya'nın Alanya ilçesindeki maçlarda erkeklerde turnuvarın birincisi Türkiye, ikincisi Avusturya, üçüncüsü ise Slovakya oldu. Düzenlenen ödül töreninde dereceye giren sporculara madalya ve hediyeleri verildi.

Marşer'in rakibi Devverman

İZMİR'deki Türk Telekom İzmir 2010 Erkekler Tenis Turnuvası'nda finale yükselen Marşer İlhan'ın rakibi Hindistan'dan Somdev Devverman oldu. Alman rakibi Matthias Bachinger'i 2-1 yenerek finale yükselen Devverman, yarın saat 17.45'te oynanacak final maçında Marşer İlhan'ın rakibi oldu.

Chelsea'ye M.City şoku

PREMIER Lig lideri Chelsea, deplasmanında Manchester City'ye 1-0 yenilerek bu sezon ilk yeniliğini aldı. Sezona çok iyi başlayan ve 5'te 5 yaparak 15 puanla lider durumda bulunan son şampiyon Chelsea, Manchester City deplasmanında, 59. dakikada Tovez'in attığı golle 1-0 yenilerek ligdeki ilk puan kaybını yaşadı.

Antalya'da dünya rekoru

DÜNYA Halter Şampiyonası'nda bayanlar 75 kiloda Rusya'dan Tatiana Kashirina, korpomada 145 kilo kaldırarak dünya rekoru kırı. Antalya'da devam eden şampiyonada 141 kilo kaldırarak, dünya rekorunu geçmeyi başaran Rus sporcu, 3. denemesinde 145 kilo kaldırıp yeni dünya

HABER TURU

Akkuş: Başarılıyız

HALTER Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş, Türk Millî Takımı'nın Dünya Halter Şampiyonası'nda son yıllardaki şampiyonalarından daha fazla madalya kazandığını söyledi. 2012 Londra Olimpiyatları'na maksimum kotada katılma hakkı elde etmeyi amaçladıklarını belirten Akkuş, "Son yıllarda dünya şampiyonalarında aldığımız madalyalardan daha fazlasını aldık. Sonuç olarak bayanlarda ilk sıradayız" diye konuştu.

Cavcav A.Gücü atkısı taktı

BAŞKENT derbisi öncesi İlhan Cavcav şaşırttı... Ankaragücü taraftar derneklerinden Anti-X'in Gençlerbirliği Başkanı İlhan Cavcav'a yaptığı ziyaret ilginç bir fotoğrafı gün yüzüne çıkardı. Anti-X derneği, Cavcav'ı düzenleyecekleri gecenin davetiyesini vermek için işyerinde ziyaret etti. Cavcav'dan Ankaragücü atkısı takmasını isteyen Anti-X'liler, Cavcav'ın da kabul etmesinin ardından ortaya bu çok ilginç fotoğraf çıktı.



Unutmadık seni Kazım Abi

SPOR yazarı ve Beşiktaş Kulübü'nün kongre üyesi Kazım Kanat, ölümünün 2. yıldönümünde mezarı başında anıldı. Kanat'ın Zincirlikuyu Mezarlığı'ndaki kabri başında düzenlenen anma törenine Beşiktaş Başkan Yardımcısı Erdoğan Toprak, spor basınından kişiler ve Kazım Kanat'ın ailesi katıldı.

Her Daldan Spor

Rangers Timsah gibi

BURSASPOR'un Şampiyonlar Ligi'nde çarşamba günü karşılaştığı İskoçya temsilcisi Glasgow Rangers, deplasmanda Aberdeen'i 3-2'yle geçti. Rakibin karşısında ilk 30 dakikada 2-0 geride düşen Rangers, müsabika bir geri dönüş yaparak 67. dakikada Jelavic'in golüyle skor üstünlüğünü yakaladı. Yeşil Timsahlar gibi ligde 6'da 6 yapan Mavi Beyazlılar, namıgalup unvanını da sürdürdü.

Ölümüne yarıştı

İki kez Tokyo şampiyonu olan Jimmy Garvan, Colin McRae Rallisi'nde kendi ülkesinde düzenlenen rallide, aracının yoldan çıkıp ormanlık alandaki ağaçlara çarpması üzerine ağır yaralanan 56 yaşındaki pilot, olay yerinde son nefesini verdi. Ralli, 2007 yılında oğluyla birlikte helikopter kazasında yaşamını yitiren, Colin McRae'nin anısına düzenlenmişti.

Bir zamanlar ilahtı

ARIJANTIN'de yapılan kamuyu yoldakıları, millî takımın başına dönmek için hayatından vazgeçebileceğini söyleyen Maradona'nın Arjantinliler tarafından millî takımın başına baskılandığını ortaya koydu. Çarın gazetesinin yaptığı ve 10 bin kişinin katıldığı kamuyu yoldakısına göre, Maradona'nın ismiyle ilgili oranı yüzde 91,1 olurken, La Nación gazetesinde ise bu oran yüzde 93'e çıktı.

Dişi herköller 3. oldu

ANTALYA'daki Dünya Halter Şampiyonası bayanlar kategorisinde Çin birinci, Kazakistan ikinci, Türkiye ise üçüncü oldu. Erkeklerde de Çin ilk sırayı alırken, Rusya ikinciliği, Polonya üçüncülüğü elde etti. Türkiye Halter Federasyonu Başkanı Hasan Akkuş, yarışan tüm haltercileri kutlayarak, şampiyonanın Londra 2012 Olimpiyat Oyunlarına ilk adım olduğunu söyledi.



NURCAN'IN YENİ HEDEFİ LONDRA'DA

2012 Londra Olimpiyatlarına hazırlanan dünya şampiyonu halterci Taylan, "Madalya alamadığım tek yer olimpiyatlar" dedi

Kendisi için manevi duyguların önemli olduğunu vurgulayan Taylan, "Altın madalyaları bizi gönülden destekleyen, dualarını

Dünya, Olimpiyat ve Avrupa şampiyonu Nurcan Taylan, 2012 Londra Olimpiyatlarına sponsorsuz hazırlanıyor. Dünya



En önemli boşlukları birlikte dolduruyoruz!

2004 yılından bugüne Spor Toto;
Devletimize... 2.733.919.805,00 TL,
Futbol Kulüplerimize... 917.282.042,00 TL,
Sosyal Kuruluşlarımıza... 869.550.267,00 TL,
Halkımıza... 7.014.282.995,00 TL kaynak sağladı.

Ülkemiz 470 adet yeni spor tesisi kazandı.

Emeği geçen herkese teşekkür ederiz.



Spor Toto ve İddaa, Spor Toto oyunlarıdır.

